خوابوں کی
پراسرار دنیا
تحقیق و تالیف:
شیخ الوظائف حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی
(ایم اے)
خوابوں کی پراسرار دنیا
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

خوابوں کی
پراسرار دنیا
تحقیق وتالیف:
شیخ الوظائف حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی
پی ایچ ڈی (امریکہ)
خوابوں کی پراسرار دنیا
عبقری
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

خوابوں کی پراسرار دنیا

تالیف

شیخ الوظائف حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی دامت برکاتہم العالیہ
پی۔ایچ۔ڈی (امریکہ)

دفتر ماہنامہ عبقری

نام کتاب: خوابوں کی پراسرار دنیا

تالیف: شیخ الوظائف حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی دامت برکاتہم العالیہ
پی۔ایچ۔ڈی (امریکہ)

نظر ثانی: مولانا سید عادل شیراز صاحب حفظہ اللہ

اشاعت: اول جولائی 2014ء

ناشر: دفتر ماہنامہ عبقری مرکز روحانیت و امن 78/3 عبقری
اسٹریٹ نزد قرطبہ مسجد مزنگ چونگی لاہور

فہرست مضامین

حتیٰ الامکان کوشش کی گئی ہے کہ کتاب ہر قسم کی اغلاط سے پاک ہو لیکن بحیثیت انسان غلطی کا پتلا ہے اگر آپ کی تحقیقی نظر کسی ایسی چیز پر جائے جو قابل اصلاح ہو ضرور اطلاع کیجئے گا۔ آپ کے شکر گزار رہیں گے۔
زیر نظر کتاب میں مختلف ماہرین کے تجربات اور مشاہدات جمع کئے گئے ہیں۔ ہماری اصل بنیاد قرآن و سنت ہے۔ مؤلف کا ان تمام ماہرین کے تجربات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔

(ادارہ)

انتساب

(۱) انبیا علیہم السلام جیسی برگزیدہ ہستیوں کے نام جنکے خواب صرف خواب نہیں بلکہ ایک سچی زندہ جاوید حقیقت ہوا کرتے تھے۔

(۲) ان ماہرین فن کے نام جنھوں نے دن رات محنت کر کے اس فن کو نکھارا، سنوارا اور آگے بڑھایا۔ اللہ کریم انکی اس کوشش کو قبول فرمائے۔

حال دل

ہر خواب خواب نہیں ہوتا اور ہر خواب حقیقت بھی نہیں ہوتا۔ خوابوں کی دنیا ایسی انوکھی دنیا ہے جو ہر امیر وغریب پر کھلتی ہے اور اس کی سرحدیں لامحدود اور اس کا سفر ویزے پاسپورٹ سے بے نیاز ہوتا ہے۔ خواب کو نبوت کا چھیالیسواں حصہ کہا گیا ہے۔ اولیاء وصالحین رحمھم اللہ کے خواب بشارات اور الہامات ہوتے ہیں۔ اور اس سے انکی راہنمائی کی جاتی ہے۔ خوابوں کی دنیا ایسی عجیب ہے کہ زمانہ قدیم سے ہی اسکے ماہرین اس کے اسرار کھولنے کیلئے موجود رہے ہیں اور ہر دور میں انہیں اعزاز واکرام کا مستحسن سمجھا گیا ہے۔ قرآن کریم میں حضرت یوسف علیہ السلام اور عزیز مصر کا قصہ بیان کیا گیا ہے جب عزیز مصر نے خواب دیکھا اور اس کی تعبیر سے تمام نجومی عاجز ہو گئے تو حضرت یوسف علیہ السلام نے تعبیر بیان فرمائی اور شاہی انعام واکرام کے مستحق ٹھہرے۔

یورپ کے مفکرین اور تحقیق دانوں نے جدید سائنس کی روشنی میں اس پر بہت غور فکر کیا ہے اور مسلسل ان کی تحقیقات سامنے آرہی ہیں۔ اس کتاب میں اسلامی اور یورپی ماہرین فن تعبیر کے تحقیقی مضامین اور آراء جمع کی گئی ہیں جو یقیناً دلچسپ ہونے کے ساتھ فکر اور سوچ کی نئی راہیں کھولنے میں معاون ثابت ہوں گی۔ اللہ ہم سب کا حامی اور ناصر ہو۔

خواستگار اخلاص وعمل
بندہ، حکیم محمد طارق محمود چغتائی مجذوبی عفی اللہ عنہ

پیش گوئیاں

خواب میں دیکھا پورا ہو جانا

آقا نامدار، سرور کائنات صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی پیش گوئیوں کا تعلق آپ ﷺ کے سچے خوابوں اور رویائے صادقہ سے بھی ہے۔ آنحضور ﷺ کے خواب بھی آپ ﷺ کی نبوت اور رسالت کی شہادت دیتے ہیں۔ تاریخ شاہد ہے کہ حضور ﷺ نے جتنے بھی خواب دیکھے وہ سب کے سب حرف بحرف درست ثابت ہوئے۔ اگر کسی خواب کی تعبیر میں تاخیر ہوگئی اور کفار نے اعتراض کیا یا صحابہ کرامؓ پریشان ہوئے تو قرآن پاک کی آیات نے ان خوابوں کی تصدیق کردی۔ فتح مکہ کے متعلق آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے خواب کی تعبیر میں کچھ تاخیر ہوئی تو صلح حدیبیہ کے فوراً بعد آیات قرآنی کا نزول ہوا اور اس طرح آپ ﷺ کے خواب کی تصدیق وتائید کردی گئی۔

اردو زبان کی تنگ دامانی کی وجہ سے سچے اور جھوٹے خوابوں کیلئے ایک ہی لفظ استعمال ہوتا ہے اور وہ ہے خواب' اس کے برعکس عربی زبان جو الفاظ کی دولت سے مالا مال ہے اس میں سچے خوابوں کیلئے الگ لفظ موجود ہے اور جھوٹے خوابوں کیلئے الگ۔

عربی زبان کی فصاحت

عربی زبان میں خواب کیلئے دو الفاظ استعمال کئے جاتے ہیں ایک لفظ ''حلم'' ہے جس کی جمع ''احلام'' ہے اس کے معنی خواب وخیال کے ہیں دوسرے الفاظ میں انہیں محض ''وہم وخیال'' بھی سمجھا جاتا ہے۔ دوسرا لفظ ''رویا'' ہے جس کا مطلب وہ ''خواب'' ہے جس میں حقیقت اور ''رمز'' موجود ہو۔ ہر دو الفاظ یعنی رویا اور خواب میں بہت بڑا فرق پایا جاتا ہے۔ خواب کے معنی وسوسہ شیطانی کا دخل ممکن ہے جبکہ دوسرا لفظ یعنی رویا معنی کے لحاظ سے شیطانی وسوسوں اور اوہام سے یکسر مبرا اور پاک ہے۔

قرآن مجید کی سورۂ یوسفؑ میں عزیز مصر کے حوالے سے یہ فرق صاف نظر آتا ہے عزیز مصر نے ایک بار خواب دیکھا اور اپنے درباریوں سے کہا:

''اے درباروالو! اگر تم خواب کی تعبیر بیان کرسکتے ہو تو میرے اس خواب کے متعلق مجھے رائے دو''۔ انہوں نے کہا: ''یہ تو محض اوہام کا مجموعہ ہے۔ ان کی تعبیر سے ہم لوگ واقف نہیں'' اس سے واضح ہوا ہر ذی روح کو عالم رویا کا نظارہ کبھی کبھار پیش آجاتا ہے۔ اس میں نیک وبد اور ظالم ورحمدل کی تمیز نہیں لیکن اس حقیقت سے بھی انکار نہیں کیا جاسکتا کہ عالم رویا کے مشاہدات کی حقیقی اور اصلی رویت انہی شخصیات کیلئے مخصوص ہے جن کے آئینہ نفس کو تقویٰ اور پرہیزگاری نے منزہ اور صیقل کردیا ہو۔ جو عام لوگوں کے بس کی بات نہیں۔

مبشرات کیا ہیں......؟

حضور اکرم ﷺ نے قرآن پاک میں سورہ یونس کی آیت نمبرے میں وضاحت کر دی ہے۔ ''صاحب ایمان' متقی اور پرہیزگار لوگوں کیلئے اس دنیا میں بشارت ہے اور آخرت میں بھی۔ خدا کی باتوں میں تبدیلی نہیں اور یہی بڑی کامیابی ہے''۔

اس آیت کے نزول پر صحابہ کرامؓ نے دریافت کیا ''اے اللہ کے رسول ﷺ دنیا میں بشارت کیا ہے''؟ آپ ﷺ نے فرمایا ''وہ رویائے صالحہ وہ مرد مسلم دیکھتا ہے'' آپ ﷺ نے مزید فرمایا ''میرے بعد نبوت اور رسالت ختم ہوگئی لیکن ایک چیز باقی رہ گئی وہ مبشرات (خوش خبریاں) ہیں''۔

صحابہؓ نے دوبارہ دریافت کیا ''اے اللہ کے نبی ﷺ! مبشرات کیا ہیں''؟ آپ ﷺ نے فرمایا ''مسلمان کی رویائے صالحہ' یہ نبوت کے اجزا میں سے ایک جز ہے''۔

حدیث نبوی ﷺ میں بھی رویا اور حلم کی وضاحت یوں کی گئی ہے:

''رویا خدا کی طرف سے ہے اور ''حلم شیطان کی جانب سے''۔

سچ بولنے والوں کے خواب

جامع ترمذی اور صحیح مسلم کی روایت کے مطابق نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: ''تم میں سب سے سچا خواب دیکھنے والا وہ شخص ہے جو سب سے زیادہ سچ بولتا ہے'' گویا انسان کا

ظاہراس کے باطن کا آئینہ ہوتا ہے۔ جوشخص زبان سے ہمیشہ سچ بولتا ہے اس کی روح بھی سچے خواب دیکھے گی اس کے برعکس جو دروغ گو ہے اور دنیا کا طالب ہے وہ خواب میں بھی بالعموم دروغ گوئی سے کام لے گا اور وہ اپنے خواب میں رطب و یابس ہی دیکھے گا۔

ماہرین نفسیات کی رائے

ماہرین نفسیات کے مطابق انسان کے خواب' اس کی نا آسودہ اور نامکمل خواہشات کی تکمیل ہوتے ہیں۔ یعنی عالم شعور میں انسان کی جو خواہشات پوری نہیں ہو پاتیں' وہ خواب میں مکمل ہوتی نظر آجاتی ہیں جس سے انسان کو آسودگی ملتی ہے۔

خواب کے لغوی معنی نیند کے ہیں لیکن علم نفسیات میں اس کے معانی اور مفہوم بہت وسیع اور اصل معنوں سے مختلف ہے۔ خواب سے مراد دراصل وہ مشاہدات ہیں جب ہم نیند کے دوران یا نیند جیسی حالت میں ہوتے ہیں۔ اس وقت ہماری بیشتر شعوری قوتیں کام کرنا بند کر دیتی ہیں۔ ذہن کا محتسب یا چوکیدار عالم نیند میں جب اپنے فرائض سے غافل ہو جاتا ہے تو اکثر نا آسودہ خواہشات انسانی لاشعور سے سر اٹھاتی ہیں اور ''خواب'' میں آ کر حقیقت کا روپ دھار لیتی ہیں۔ خوابوں کا انحصار خواہشات اور سوچ پر ہے۔ اگر انسان کی خواہشات نیک ہیں تو خواب میں بھی نیک اعمال سرزد ہوں گے اور اگر خواہشات کا تعلق اعمال بد سے ہے تو برے اعمال کی تکمیل خوابوں میں ہوتی ہوئی دکھائی دے گی۔

خواب کی تین اقسام

نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: ''خواب تین قسم کے ہوتے ہیں۔ اول رویائے صالحہ' یہ خدا کی طرف سے خوش خبری ہوتی ہے۔ دوم' غم پیدا کرنے والا خواب' یہ شیطان کی جانب سے ہوتا ہے۔ سوم' وہ خواب جو انسان کی اپنے دل کی باتیں اور خیالات ہوتے ہیں''۔

اس تقسیم سے ظاہر ہوتا ہے کہ علمائے نفسیات اور عرفائے روح جس خواب اور رویا کی تشریح کرتے ہیں وہ اپنی اپنی حقیقت کی رو سے بالکل الگ ہیں۔ ہماری بحث

صرف ان رویا سے ہے جو نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی تشریح کے مطابق پہلی قسم سے تعلق رکھتے ہیں۔

انبیاء علیہم السلام کے سچے خواب

عام انسانوں کی آنکھیں ہی نہیں دل بھی سوتے ہیں لیکن انبیائے کرام علیہم السلام کے قلوب نیند کے عالم میں بھی جاگتے رہتے ہیں۔ حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا کہتی ہیں: ''ایک دفعہ آنحضرت ﷺ نے دیر تک عشاء کی نماز پڑھی لیکن ابھی وتر نہیں پڑھے تھے کہ آپ ﷺ لیٹ گئے۔ میں نے دریافت کیا: یا نبی اللہ! صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم! آپ وتر پڑھے بغیر ہی سوتے ہیں'' آنحضرت ﷺ نے جواب میں ارشاد فرمایا ''اے عائشہ! (رضی اللہ عنہا) میری آنکھیں سوتی ہیں لیکن میرا دل نہیں سوتا''۔ علمائے کرام' محدثین عظام' اور مفسرین کرام کی متفقہ رائے ہے کہ انبیائے کرام علیہم السلام کے رویا بھی قطعی اور یقینی ہوتے ہیں اور عام احکام وحی سے عین مطابقت رکھتے ہیں۔

حضرت ابراہیم علیہ السلام کا خواب

حضرت ابراہیم علیہ السلام کو خواب میں تین بار بیٹے کو قربان کرنے کا حکم دیا گیا' انہوں نے اس پر صدق دل سے عمل کیا۔ ان کو ذرہ برابر بھی شک نہ ہوا کہ یہ تو محض خواب ہے۔ گویا پیغمبروں کے خواب بھی وحی اور پیش گوئی کی حیثیت رکھتے ہیں۔

☆ ترمذی میں حضرت عبداللہ ابن عباسؓ کا قول درج ہے کہ ''انبیاء کا خواب بھی وحی ہوتا ہے''۔

آپ ﷺ کے سچے خواب

☆ صحیح بخاری کے مطابق وحی کا آغاز بھی رویائے صالحہ سے ہوا۔ آپ ﷺ کو جو چیزیں عالم رویا میں دکھائی جاتی تھیں وہ صبح صادق کے سپیدے کی طرح پوری اور بالکل درست نکلتی تھیں۔

☆ صحیح بخاری کے مطابق حضرت عائشہ صدیقہؓ کا ارشاد ہے: "سرور کائنات صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم جو رویا دیکھتے تھے وہ سپیدہ سحر کی طرح (سچا ہو کر) نمودار ہوتا تھا۔ (پھر طبیعت مبارک میں) تخلیہ پسند کیا گیا۔ غار حرا میں جا کر آپ ﷺ تنہا کچھ ایام بسر فرماتے اور عبادت میں مصروف رہتے۔ کھانے پینے کی اشیا ہمراہ لے جاتے جب وہ سامان ختم ہو جاتا تو واپس گھر تشریف لے آتے پھر نیا سامان لے جاتے ہیں یہاں تک کہ حق آپ ﷺ کے سامنے آ گیا اور اس (فرشتے) نے کہا "پڑھ" آپ ﷺ نے فرمایا "میں پڑھا ہوا نہیں ہوں"۔ آنحضور ﷺ نے فرمایا کہ اس نے مجھے پکڑ کر اتنا دبایا کہ وہ تھک گیا، پھر مجھے چھوڑ دیا اور کہا کہ "پڑھ" میں نے پھر وہی جواب دیا۔ اس نے مجھے تیسری مرتبہ اتنا دبایا کہ وہ تھک گیا اور چھوڑ دیا پھر کہا کہ "پڑھ" اس کے بعد قرآن پاک کی سورہ قلم کی آیات پڑھیں۔

آنحضور ﷺ کا معمول

☆ آنحضور ﷺ کا معمول تھا کہ نماز فجر کے بعد مسجد نبوی ﷺ میں بیٹھ جاتے اور صحابہ کرام رضی اللہ عنہم سے دریافت فرماتے کہ جس نے خواب دیکھا ہو وہ بیان کرے۔ صحابہ اپنا اپنا خواب بیان کرتے اور آپ ﷺ ان کی تعبیر فرماتے۔ اگر وہ خواب وخیال ہوتا تو فرما دیتے یہ رویائے صالحہ نہیں۔ اگر اس رات آپ ﷺ نے کوئی رویا دیکھا ہوتا تو آپ ﷺ اسے تمام صحابہ کو سناتے اور پھر اس کی تعبیر فرماتے۔

رویائے صالحہ کی دو اقسام

احادیث میں بیان کیے گئے نبی اکرم ﷺ کے رویائے صالحہ کی دو اقسام ہیں۔ ایک وہ رویا ہیں جو تمثیلی رنگ میں ہیں اور آپ ﷺ نے ان کی تشریح یا تعبیر خود فرما دی ہے۔ دوسرے وہ رویائے صادقہ ہیں جو بالکل سچے اور بالکل حقیقت ہیں۔ اس لئے آپ ﷺ نے ان کو بیان فرما دیا لیکن ان کی کوئی تعبیر یا تشریح نہیں فرمائی۔ ان کی بھی دو اقسام ہیں۔ ایک وہ رویائے صالح وصادقہ ہیں جو پیش گوئی یا اخبار غیب پر مشتمل ہیں اور دوسرے وہ

ہیں جن میں آخرت کے حالات وواقعات اور اسرار غیب بیان کیے گئے ہیں۔

خواب تمثیلی

مکہ معظمہ میں قیام کے دوران جب کفار کی جانب سے ظلم وتشدد کا بازار گرم تھا اور اہل حق قلیل تعداد میں تھے، آپ ﷺ کو عالم رویا میں دکھایا گیا کہ آپ ﷺ مسلمانوں کے ساتھ حضرت عقبہؓ کے ہاں مقیم ہیں اور ابن طالب کی تر وتازہ کھجوریں لا کر آپ ﷺ کو پیش کی گئی ہیں۔

آنحضور ﷺ نے اس کی تعبیر یہ فرمائی "دنیا بھر میں مسلمانوں کی ترقی کا دور آئے گا اور عاقبت بھی بخیر ہوگی۔ اسلام دنیا میں پھیلے گا اور بڑھے گا"۔ (مسلم کتاب الرویا اور بخاری کتاب التعبیر)

ہجرت کے خواب اور انکی تعبیر

(۱) زمانہ ہجرت سے تھوڑی دیر قبل آپ ﷺ کو ہجرت کے تمام واقعات اور حالات عالم رویا میں دکھا دیئے گئے آپ ﷺ فرماتے ہیں:

"میں نے دیکھا کہ میری ہجرت کی سرزمین چھوہاروں کا باغستان ہے۔ میرا خیال ہے کہ یمامہ یا ہجر کا شہر ہوگا لیکن یہ یثرب نکلا۔ اسی خواب میں، میں نے دیکھا:

"میرے ہاتھ میں تلوار ہے، میں نے اس کو ہلایا تو وہ ٹوٹ گئی۔ یہ جنگ احد کی شکست کی جانب اشارہ تھا۔ میں نے اس کو پھر ہلایا تو وہ عمدہ تلوار بن گئی۔" اس کا مطلب تھا کہ احد کے بعد اللہ مسلمانوں کو کامیابی عطا کرے گا۔

حضرت حمزہؓ کی شہادت کا اشارہ

(۲) ابن ہشام لکھتے ہیں کہ غزوہ احد کے بارے میں جب آپ ﷺ کو کفار کے لشکر کی آمد کی خبر ملی انہی دنوں آپ ﷺ نے عالم رویا میں دیکھا:

"ایک گائے ذبح کی جا رہی ہے اور میں نے دیکھا کہ میری تلوار کی دھار ٹوٹ گئی اور میں نے یہ بھی دیکھا کہ گویا میں نے اپنا ہاتھ مضبوط اور مستحکم زرہ کے اندر داخل کیا

ہے''۔آپ ﷺ نے تعبیر فرمائی اور بتایا گائے سے مراد جنگ احد کے شہیدوں سے ہے اور جو میں نے اپنی تلوار میں شکستگی دیکھی وہ ایک شخص ہے جو میرے خاندان میں سے ہے جو شہید ہوگا۔چنانچہ اس جنگ میں آپ ﷺ کے حقیقی اور بہت پیارے چچا حضرت حمزہؓ ابوسفیان کی بیوی ہند کے حبشی غلام کے ہاتھوں شہید ہوئے۔اس طرح یہ خواب بالکل سچا نکلا۔مستحکم زرہ سے مراد مدینہ تھا جو آگے چل کر اسلام کے استحکام کا مرکز بنا۔

آب وہوا میں تبدیلی کا اشارہ

(۳) ہجرت کر کے آپ ﷺ مدینہ تشریف لائے تو یہاں کی آب وہوا خوشگوار نہ تھی' مہاجرین بیمار ہونے لگے۔حضرت بلالؓ تک پریشان ہوگئے۔آپ ﷺ نے خواب دیکھا کہ ایک کالی سیاہ عورت جس کے سر کے بال الجھے ہوئے تھے' وہ مدینہ منورہ سے بھاگ کر جحفہ جا رہی ہے۔آپ ﷺ نے اس خواب کی تعبیر یہ فرمائی کہ'' مدینہ کی وبا جحفہ منتقل کر دی گئی ہے'' چنانچہ ایسا ہی ہوا۔مدینہ پاک کی آب وہوا خوشگوار ہوگئی جو آج تک ہے۔

جھوٹے مدعی نبوت کا اشارہ

(۴) صحیح بخاری وترمذی کتاب الرویا میں مروی ہے کہ ایک بار آپ ﷺ نے عالم رویا میں اپنے دونوں ہاتھوں میں سونے کے کنگن دیکھے جن سے آپ ﷺ کو تکلیف محسوس ہوئی جس پر حکم فرمایا گیا کہ ان کنگنوں پر پھونک مارو۔آپ ﷺ نے پھونکا تو ہر دو کنگن دونوں ہاتھوں سے علیحدہ ہو کر اڑ گئے۔آپ ﷺ نے اس خواب کی یہ تعبیر کی کہ یہ نبوت کے دو جھوٹے مدعی ہیں جو میرے بعد پیدا ہوں گے۔مفسرین کے مطابق ان سے مراد مسیلمہ کذاب اور اسود عنسی ہیں جو جلد ہی اپنے انجام کو پہنچ گئے۔

دودھ سے علم میں کمال کا اشارہ

(۵) ایک بار آپ ﷺ نے خواب میں دیکھا کہ دودھ کا پیالہ آپ ﷺ کے سامنے لایا گیا۔آپ ﷺ نے اسے اس قدر سیر ہو کر نوش فرمایا کہ آپ ﷺ کی انگلیوں سے

دودھ بہہ نکلا۔پیالے میں اس کے باوجود دودھ کی کچھ مقدار بچ گئی۔یہ دودھ آپ ﷺ نے حضرت عمرؓ کو عطا فرمایا جنہوں نے پی لیا۔لوگوں نے خواب کی تعبیر پوچھی تو آپ ﷺ نے فرمایا دودھ سے مراد ''علم'' ہے جو مجھے بکثرت عطا کیا گیا۔

دین میں کامل ہونے کا اشارہ

(۶) ایک خواب میں آپ ﷺ نے دیکھا کہ آپ ﷺ استراحت فرما ہیں' کچھ لوگ آپ ﷺ کے سامنے لائے گئے۔ان میں کسی کے بدن پر قمیص سینے تک تھی اور کسی کی قمیص سینے سے نیچے تک تھی۔حضرت عمرؓ جب سامنے آئے تو ان کے جسم پر قمیص اتنی بڑی تھی کہ اس کے دامن زمین کو چھو رہے تھے۔لوگوں نے مطلب دریافت کیا تو آپ ﷺ نے جواب میں فرمایا اس سے مراد ''دین'' ہے (جامع ترمذی)

خلافت حاصل ہونے کا اشارہ

(۷) ایک بار آپ ﷺ کو رویا میں دکھایا گیا کہ آنحضور ﷺ ایک کنوئیں کے کنارے پر کھڑے ہوئے ہیں۔بعض دوسری روایات کے مطابق حوض کوثر پر تشریف فرما ہیں۔گرد وپیش میں لوگوں کا اجتماع ہے۔آپ ﷺ ڈول کے ذریعے کنوئیں سے پانی نکال رہے ہیں اور لوگوں کو پلا رہے ہیں۔آپ ﷺ نے فرمایا'' پھر یہ ڈول صدیق اکبرؓ نے لے لیا اور وہ کنوئیں سے پانی نکال کر لوگوں کو پلانے لگے۔خدا ان پر رحم کرے ڈول کھینچنے میں کمزوری معلوم ہوتی تھی۔

اس کے بعد حضرت عمرؓ آئے تو اچانک ڈول بڑھ کر بڑا ہو گیا لیکن انہوں نے طاقت اور تیزی کے ساتھ پانی کھینچا کہ حوض لبالب بھر گیا''۔(صحیح بخاری وترمذی)

یہ خواب واضح تھا۔حضور پاک ﷺ نے اس کی تعبیر نہیں فرمائی ڈول اور پانی کھینچنے سے مراد خلافت اور لوگوں کی خدمت مراد تھی۔اس خواب کے ذریعے یہ پیش گوئی بھی سامنے آگئی کہ خلافت کن شخصیات کو ملنے والی تھی۔خواب کے ذریعے یہ پیش گوئی حرف بحرف درست نکلی۔

حضرت عمرؓ اور حضرت بلالؓ کو جنت کی بشارت

(۸) حضور پر نور ﷺ نے فرمایا ''رات کو میں نے خواب میں دیکھا کہ میں جنت میں ہوں سامنے ایک محل ہے' ایک عورت بیٹھی وضو کر رہی ہے۔ میں نے پوچھا کہ یہ محل کس کا ہے؟ جواب ملا حضرت عمرؓ کا مسکن ہے۔ میں نے اندر جانا چاہا لیکن حضرت عمرؓ کی غیرت یاد آ گئی اور میں واپس آ گیا''۔ حضرت عمرؓ نے یہ سنا تو رو پڑے اور عرض کیا'' یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم! میں بھلا آپ ﷺ سے غیرت کرتا''۔

ایک بار آپ ﷺ نے موذن اسلام حضرت بلالؓ سے دریافت فرمایا اے بلالؓ! تم کونسا نیک عمل کرتے ہو کہ جب میں جنت میں گیا تو تمہارے جوتوں کی چاپ سنی۔ حضرت بلالؓ نے عرض کیا: یا نبی ﷺ! میں ہمیشہ باوضو رہتا ہوں۔ جب نیا وضو کروں تو دو رکعت نماز تحیۃ الوضو پڑھ لیتا ہوں۔

یاجوج ماجوج کا اشارہ

(۹) ام المومنین حضرت زینب بنت جحشؓ فرماتی ہیں کہ ایک دفعہ آپ ﷺ سو رہے تھے اچانک بیدار ہوئے چہرہ مبارک سرخ تھا اور زبان پر یہ کلمات تھے:

''لا الہ الا اللہ! افسوس ہے عرب پر برائی نزدیک آ گئی۔ یاجوج ماجوج کی دیوار میں آج اتنا بڑا سوراخ ہو گیا''۔

یہ خواب پیش گوئی پر مشتمل ہے۔ احادیث میں بھی یاجوج ماجوج کے متعلق خبر موجود ہے۔

بیت اللہ حاضری کا اشارہ

(۱۰) صلح حدیبیہ سے قبل آنحضور ﷺ کو خواب میں خانہ کعبہ دکھایا گیا جس میں آپ ﷺ طواف کر رہے تھے۔ صلح حدیبیہ کے وقت طواف / حج کیے بغیر لوٹنا پڑا تو بعض مسلمانوں کے دل مایوس تھے کہ آپ ﷺ کے خواب کے ذریعے تو ہمیں بیت اللہ میں جانے کی بشارت ملی تھی۔ اس پر سورۃ فتح کی آیات نازل ہوئیں جن میں کہا گیا

''خدا نے اپنے رسول ﷺ کا خواب سچا کر دیا۔ تم لوگ یقیناً مسجد حرام میں اگر خدا نے چاہا تو بے خوف وخطر داخل ہو گے۔ بال منڈا کر یا ترشوا کر' کسی سے نہ ڈرو گے۔ آخر کار دو برس بعد آنحضور ﷺ کا خواب بھی سچا ہو گیا اور قرآنی بشارت بھی حرف بحرف درست نکلی۔

کفار کی تعداد کم ہونے کا اشارہ

(۱۱) کفر اور اسلام کے درمیان سب سے پہلی جنگ غزوہ بدر کہلاتی ہے۔ مسلمان بے سروسامان اور تعداد کے لحاظ سے بہت کم تھے' ان کے مقابلے میں کفار تعداد میں تین چار گنا زیادہ اور بھاری اسلحہ سے لیس تھے' لیکن اللہ تعالیٰ کو کچھ اور ہی منظور تھا۔ اس نے عالم رویا میں اس جنگ کا سارا نقشہ آنحضور ﷺ کو دکھا دیا۔ اس میں آپ ﷺ کو کفار کی تعداد بہت کم دکھائی گئی اور اس کے مقابلے میں مسلمانوں کو بتایا گیا تو ان کے حوصلے بڑھ گئے۔ اگر عالم رویا میں کفار کی کثرت دکھا دی جاتی تو شاید ان کی ہمت کم ہو جاتی۔ قرآن پاک کی سورۃ انفال میں اس کا ذکر آیا ہے۔

''اے رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم! وہ وقت یاد کرو جبکہ خدا نے آپ ﷺ کو کافروں کا لشکر آپ ﷺ کے خواب (رویا) میں کم دکھایا۔ اگر وہ ان کی تعداد آپ ﷺ کو زیادہ دکھلاتا تو آپ ﷺ ضرور جنگ سے جی ہار دیتے اور آپس میں (جنگ) لڑنے یا نہ لڑنے کی نسبت جھگڑنے لگتے' مگر اللہ نے آپ ﷺ کو سلامت رکھا۔ بے شک وہ دلوں کی بات جانتا ہے اور اے مسلمانو! یاد کرو وہ وقت جب اللہ تعالیٰ تم کو تمہاری آنکھوں میں کفار کا لشکر تھوڑا دکھا رہا تھا تاکہ تمہارے حوصلے پست نہ ہوں اور تم کو بھی کفار کی نگاہوں میں تھوڑا دکھا رہا تھا تاکہ وہ بھی تمہارے مقابلے سے بھاگ نہ جائیں تاکہ اللہ تعالیٰ اس کام کو پورا کرے جو تقدیر میں لکھ چکا تھا''۔ (ابن ہشام)

آخر کار اس جنگ میں حق کی فتح ہوئی اور باطل شکست سے دو چار ہوا۔ اس طرح آنحضور ﷺ کا خواب رویائے صادقہ کے پایہ تک پہنچا۔

فتح مکہ کا خواب میں اشارہ

(۱۲) ابن ہشام کہتے ہیں کہ رسول مقبول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ایک روز فرمایا:

’’میں نے خواب میں دیکھا ہے کہ میں نے ایک نوالہ کھایا اور اس کا مزہ مجھے اچھا معلوم ہوا‘ پھر وہ نوالہ میرے حلق میں اٹک گیا۔ تب حضرت علیؓ نے اپنا ہاتھ ڈال کر اس کو میرے حلق سے نکالا‘‘۔ حضرت ابوبکر صدیقؓ نے اس خواب کی تعبیر یہ بتائی کہ ’’یارسول اللہ ﷺ! (فداہ امی وابی وروحی) اس خواب کی تعبیر یہ ہے کہ آپ کے لشکروں میں سے ایک لشکر آپ ﷺ روانہ فرمائیں گے۔ اس کی کارروائی کے کچھ حصے سے آپ ﷺ خوش ہوں گے اور کچھ حصے سے خوش نہیں ہوں گے۔ یہ کارروائی آپ ﷺ کو ناگوار گزرے گی‘‘۔ ابن اسحاق لکھتے ہیں کہ حضرت خالدؓ بن ولید کو مرہ کے قبائل کے ساتھ دعوت اسلام کیلئے بنی جذیمہ کی جانب روانہ کیا گیا۔ جب حضرت خالدؓ وہاں پہنچے تو ان لوگوں نے ہتھیار اٹھا لئے۔ حضرت خالدؓ نے ہتھیار ڈالنے کا حکم دیا تو انہوں نے ہتھیار نہ ڈالے۔ دراصل ایک شخص مجدم کی یہ شرارت تھی۔ بعد میں بیشتر لوگوں نے ہتھیار ڈال دینے کے بعد ان کی مشکیں کس دیں اور ان میں سے چند کو قتل کر دیا۔ یہ خبر رسالتماب صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے پاس پہنچی تو آپ ﷺ نے آسمان کی جانب ہاتھ بلند فرمائے اور کہا ’’اے پروردگار! میں خالدؓ کی کارروائی سے بری ہوں‘‘۔

ابن ہشام لکھتے ہیں کہ حضور پرنور ﷺ نے حضرت علیؓ کو روانہ کیا اور فرمایا کہ جاہلیت کے زمانہ کی باتوں کو پیروں تلے کر دینا‘ یعنی ان کا خیال نہ کرنا۔ حضرت علیؓ بہت سامان لے کر اہل جذیمہ کے پاس گئے اور یہ سارا مال اور سامان ان میں تقسیم کر دیا تاکہ ان کی تالیف قلوب ہو۔ اس طرح آنحضور ﷺ کا یہ خواب بھی بالکل درست ثابت ہوا جس کی جزوی کارروائی آپ ﷺ کو پسند آئی اور قتل وقتال پسند نہ آیا‘ چنانچہ حضرت علیؓ کے ذریعے معاملہ ختم ہوا۔

طائف کا محاصرہ اور آپ ﷺ کا خواب

(۱۳) ابن اسحاق لکھتے ہیں کہ ایک روایت کے مطابق طائف کا محاصرہ جاری تھا‘ شہر فتح نہیں ہو رہا تھا۔ حضرت ابوبکرؓ محاصرہ کے انچارج تھے۔ اسی اثنا میں رسول کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے خواب دیکھا اور حضرت ابوبکر صدیقؓ سے بیان فرمایا:

’’اے ابوبکرؓ! میں نے آج رات خواب میں دیکھا ہے کہ ایک برتن میں مسکا (مکھن) بھرا ہوا ہے جو میرے پاس تحفہ کے طور پر لایا گیا‘ پھر ایک مرغ نے چونچ مار کر اس کو گرا دیا۔

حضرت ابوبکرؓ نے عرض کیا کہ میرا خیال یہ ہے کہ اس مرتبہ آپ ﷺ ثقیف سے جو حاصل کرنا چاہتے ہیں وہ حاصل نہیں ہوگا۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے جواب میں فرمایا: ’’میرا بھی یہی خیال ہے‘‘۔

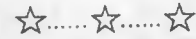
چنانچہ آپ ﷺ نے لشکر کی واپسی کا حکم دے دیا‘ بہرحال طائف اگلے سال فتح ہوا۔

عالم بیداری کے مشاہدات

عالم رویا کے علاوہ حضور رسالتماب صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم بیداری میں بھی بہت کچھ مشاہدات فرمالیا کرتے تھے اور ان میں سے بعض صحابہ کو بھی بتا دیا کرتے تھے۔ ان مشاہدات میں نہ کسی خواب کی ضرورت ہوتی تھی اور نہ کسی پیش گوئی کے لوازمات کی فراہمی کی۔ ایسے مشاہدات سے تاریخ وسیر کے علاوہ احادیث کے اوراق بھرے پڑے ہیں۔ ہم یہاں دو کا ذکر کرتے ہیں:

(۱) ’’زندگی کے آخری حصے میں آپ ﷺ شہدائے احد کے قبرستان تشریف لے گئے اور واپسی پر خطبہ ارشاد فرمایا: میں اپنے حوض (کوثر) کو یہیں سے دیکھ رہا ہوں اور مجھ کو زمین کے خزانے کی کنجیاں دی گئی ہیں۔ اے لوگو! مجھے یہ خوف نہیں کہ میرے بعد تم شرک کرنے لگو گے لیکن ڈرتا اس لئے ہوں کہ اس دنیا کی دولت میں آ کر آپس میں رشک وحسد نہ کرنے لگو‘‘۔

(۲) جنگ خندق کا یہ واقعہ بہت معروف ہے کہ جب آپ ﷺ پتھر پر کدال مارتے اور روشنی نکلتی تو آپ ﷺ نے یکے بعد دیگرے فرمایا کہ "میں نے ایران، روم اور یمن کے محلات دیکھے ہیں"۔

☆......☆......☆

خواب میں زیارت النبی ﷺ

خواب میں حضور ﷺ کا بنگلے میں قیام

۱۶ صفر المظفر ۱۳۴۶ھ روز چہار شنبہ کی مبارک شب کو مراجعت مدینہ طیبہ کے بعد، منزل بیر الشیخ اور مستورہ کے درمیان ایک بجے کے وقت میں ایک عظم الشان رویا سے مشرف ہوا۔ اللہ تعالیٰ کی مدد سے میں نے خواب میں دیکھا کہ ایک کشادہ میدان میں برابر برابر دو خوش پوش بنگلے بنے ہوئے ہیں، ان کے احاطے جدا جدا ہیں۔ احاطوں میں درخت نصب ہیں جن میں بڑے بڑے درخت بڑ کے بھی ہیں۔ ایک بنگلے میں بطور مہمان حضرت سرور عالم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم وعاجز کا قیام ہے، اسی اثنا میں حضرت سرور عالم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے مع ایک رفیق کے میرے قیام گاہ کے بنگلے کے احاطے میں ورود فرمایا، اس طرح کہ جیسے کوئی کہیں جاتے جاتے مہمان سے ملنے کیلئے ان کے قیام گاہ پر ہوتا جائے۔ ایک قیمتی گھوڑا میانہ قد خوبصورت عربی النسل، زین کسا ہوا احاطے میں کھڑا تھا۔ حسب ارشاد میں سوار ہوا، اس خیال ویقین کے ساتھ کہ محض مہمان نوازی وغریب پروری ہے۔

آپ ﷺ کے ساتھ ایک بزرگ بھی تھے جن کا حلیہ کچھ اس طرح تھا جسم مبارک دبلا تھا، ریش مبارک دراز تھی، لباس مبارک اجلا نہ تھا۔ دوسری جانب کے بزرگ بھی اس صورت ولباس کے تھے دل میں از خود خیال آیا کہ یہ حضرت صدیق اکبرؓ ہیں۔ یہ خیال برابر دل میں تواتر کے ساتھ آتا رہا کہ یہ محض عاجز نوازی اور غریب پروری ہے۔ میرے قیام کے بنگلے میں رونق افروزی بھی اس مقصد سے فرمائی گئی، ورنہ اصل مقصد دوسرے بنگلے میں تشریف لے جانے کا ہے۔ غرض اس ہیئت مبارک سے گھوڑا احاطے سے باہر آیا اور سامنے کے میدان کی طرف چلا۔ اس وقت بھی خیال آیا کہ دوسرے بنگلے کے قریب کے راستے کو ترک فرما کر میدان کی جانب تشریف فرمائی بھی

یہ خیال مذکورہ بالا ہے۔گھوڑا چلتا تو آہستہ تھا' مگر بڑے بناؤ اور قدیم روش کی چلبلی
رفتار سے (جس کی اگلے شہسوار تعلیم دیتے تھے) چاروں ڈنڈے پھاڑتا ہوا کھیلتا چل
رہا تھا۔رفتار کے انداز بھی بدلتا جاتا تھا اور کئی طرح سے قدم ڈالتا' لیکن سب آہستہ۔

دوسرے صاحب گھوڑے کی رفتار کی برابر تعریف فرماتے جاتے اور رفتار کے
اقدام کا نام ظاہر فرماتے' مگر میں اس کا مخاطب نہ تھا۔تمام راستے میں مجھ سے کوئی
کلام نہیں فرمایا گیا۔اسی طرح دور تک گھوڑا آگے بڑھتا گیا۔اس کے بعد دوسرے
بنگلے کی جانب مراجعت فرمائی ہوئی۔اس اثنا میں حضرت سرور عالم صلی اللہ علیہ وآلہ
وسلم نے یہ الفاظ ارشاد فرمائے:

''انتظام گڑ بڑ ہے' جائزہ دلوا دیا جائے''

اس کے بعد دوسرے بنگلے میں داخل ہوئے میں گھوڑے سے نیچے اتر آیا۔اس
وقت بھی زبان مبارک اور رفیق مبارک کی زبان پر گھوڑے کی رفتار کی تعریف تھی۔
اس وقت میں نے رقت آمیز آواز سے عرض کی: ''یا رسول اللہ ﷺ! میرے فخر کی
بھی انتہا نہ رہی''۔

یہ با آواز بلند فرمایا: ''بے شک'' اس کے بعد بنگلے کے اندر قدم رنجہ فرمایا۔کمرے
میں ایسا سماں تھا جیسے کچہری ہو۔حاکم صدر کرسی پر تھا' میز سامنے تھی اہل دفتر اور اہل
معاملہ سے کمرہ بھرا ہوا تھا۔حاکم کا چہرہ گورا تھا' مگر میلا' داڑھی منڈی ہوئی' دونوں جانب
صرف قلمیں' سر پر میلی پگڑی تھی۔گردن جھکائے انگریزی لکھ رہا تھا۔قریب پہنچ کر
ارشاد فیض بنیاد ہوا' جائزہ دے دو۔ان الفاظ کے ادا ہوتے ہی حاکم قلم ہاتھ سے رکھ کر
کھڑا ہو گیا۔اس کے بعد دوسرے کمرے میں میں تنہا گیا' وہاں بھی یہی سماں تھا دل میں
یہ خیال خود بخود پیدا ہوا کہ یہ نائب حاکم ہے' وہ نائب بھی مصروف تحریر تھا شکل وصورت
بھی وہی تھی۔اس حالت میں اس نے یہ چیز سنی کہ جائزہ دلوا دیا گیا۔اس نے بھی فی
الفور قلم روک کر ہاتھ سے رکھ دیا۔اس کے بعد آنکھ کھل گئی۔گھڑی دیکھی تو ایک بجا تھا'

ہوا سرد چل رہی تھی' چاندنی کا دریائے نور میدان میں موجزن تھا جلالت خواب سے
متاثر ہو کر میں فوراً سجدہ شکر میں گرا' دیر تک حمد باری تعالیٰ کرتا رہا۔

غش کھا کے داغ یار کے قدموں پہ گر پڑا   بے ہوش نے بھی کام کیا' ہوشیار کا

خواب سے آنکھ کھلنے پر معاً یہ خیال بھی آیا تھا کہ یہ خواب دو صاحبوں سے بیان
کروں گا۔ایک مولانا سید سلیمان اشرف صاحب سے' دوسرے مولوی سید مناظر احسن
صاحب سے اس کے بعد قلب و دماغ کا کیا عالم تھا' یہ کون بتا سکتا ہے اس شعر کو یاد کرو۔

خوش نصیب کہ حسرت چلا مدینے کو   نوید آنکھ کو ہو تہنیت ہو سینے کو

(مولانا حبیب الرحمٰن خاں شروانی مرحوم)

حضرت علی ہجویری رحمہ اللہ کا خواب

حضرت علی بن عثمان ہجویری المعروف داتا گنج بخش رحمہ اللہ اپنی کتاب ''کشف المحجوب''
میں تحریر فرماتے ہیں: ''میں نے ایک مرتبہ حضرت رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو خواب
میں دیکھا اور عرض کیا: یا رسول اللہ ﷺ مجھے کوئی وصیت فرمائیے حضرت رسول اللہ ﷺ
نے فرمایا: احبس حواسك (اپنے حواس کو قابو میں رکھو) حقیقت میں حواس خمسہ
(دیکھنا' سننا' بولنا' چھونا' سونگھنا) کو احکام الٰہی کا تابع رکھنا ہی سب سے بڑا اور مکمل مجاہدہ
ہے۔جس سے انسان صحیح معنوں میں مومن اور متقی بنتا ہے۔

سلطان محمود غزنوی شبہات کا حل

سلطان محمود غزنوی کو تین باتوں کے بارے میں شکوک تھے: ایک تو اس حدیث
کے متعلق العلماء ورثة الانبیاء (علما پیغمبروں کے وارث ہیں) دوسرے قیامت
کے متعلق اور تیسرے امیر ناصر الدین سبکتگین سے اپنی نسبت کے متعلق۔ایک دن کسی
جگہ سے آ رہے تھے خدام فراش' شمع اور سونے کا شمع دان لیے ہوئے ساتھ تھا۔محمود
غزنوی نے دیکھا کہ ایک طالب علم مدرسے میں اپنا سبق یاد کر رہا ہے۔مدرسے کے
اندر تاریکی ہے۔کتاب کی عبارت دیکھنے کیلئے روشنی کی حاجت ہوتی ہے' تو ایک

دکاندار کے چراغ کے نزدیک جا کر دیکھتا ہے۔ سلطان نے وہ شمع دان اسی کو دے دیا۔
اسی شب آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو خواب میں دیکھا۔ آپ ﷺ فرما رہے ہیں۔ یا ابن امیر سبکتگین اعزك الله فی الدارین کما اعززت ورثتی (اے امیر سبکتگین کے لڑکے، خدا تجھ کو دونوں جہاں میں عزت دے جیسی تو نے میرے وارث کو عزت دی) اور اس طرح خواب کے ذریعے سلطان کے تینوں شکوک رفع ہو گئے سلطان کو درود شریف سے بے حد شغف تھا اور ایک روایت کے مطابق آپ ہر روز ساٹھ ہزار بار درود شریف پڑھتے تھے۔

شمس الدین التمش کا مبارک خواب

حضرت خواجہ قطب الدین بختیار کاکی رحمہ اللہ فرماتے ہیں کہ سلطان شمس الدین التمش رحمہ اللہ ایک حوض بنانے کی آرزو رکھتا تھا اس مقصد کیلئے اپنے مصاحبوں کے ساتھ کسی مناسب جگہ کی تلاش میں سرگرداں تھا۔ آخر ایک جگہ اسے پسند آئی اور وہاں نشان لگا کر اپنے محل میں آ گیا۔ التمش نہایت متقی، پرہیزگار اور خدا سے ڈرنے والا بادشاہ تھا۔ رات کو خواب میں دیکھا کہ ایک شخص بلند قامت اور صاحب جمال کہ جن کی تعریف بیان کرنے سے الفاظ قاصر ہیں۔ ایک گھوڑے پر سوار ہیں اور چند آدمی ان کے ساتھ ہیں۔ انہوں نے سلطان کو اپنے روبرو بلایا اور پوچھا: کیا نیت رکھتا ہے؟ عرض کیا یہ نیت ہے کہ ایک بڑا حوض بنواؤں۔ اسی اثنا میں کسی نے کہا: اے التمش، آپ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ہیں، آپ ﷺ سے درخواست کر کہ گوہر مقصود حاصل ہو۔ یہ سنتے ہی سلطان نے اپنا سر حضور ﷺ کے پائے مبارک پر رکھ دیا معاً رسول اللہ کے گھوڑے نے زمین پر لات ماری اور پانی کا چشمہ پھوٹ نکلا۔ آپ ﷺ نے فرمایا: اے شمس، اس جگہ حوض بنا کہ یہاں سے ایسا پانی نکلے کہ کسی بھی جگہ ایسا شیریں پانی نہ ملے گا۔ اس کے بعد التمش کی آنکھ کھل گئی۔ اسی وقت اٹھا اور وہاں جا کر دیکھا، تو واقعی زمین سے پانی ابل رہا تھا: چنانچہ اس مقام پر حوض بنوایا جسے حوض شمسی کہا جاتا ہے۔ خواجہ قطب الدین بختیار کاکی رحمہ اللہ اپنی خواہش کے مطابق بعد

وصال اسی حوض کے پاس دفن ہوئے۔ یہ حوض مہرولی (پرانی دلی) میں ہے۔

حضور ﷺ کا کتاب "گلستاں" کا مطالعہ فرمانا

حضرت امیر خسرو رحمہ اللہ ایک روز سلطان المشائخ حضرت نظام الدین اولیا رحمہ اللہ علیہ کی خدمت بابرکت میں حاضر تھے گفتگو کے دوران میں عرض کیا کہ حکم ہو تو بندہ بھی ایک کتاب "گلستاں" کی طرز پر لکھے آپ رحمہ اللہ نے فرمایا: بہت مناسب ہے۔ چند روز بعد خسرو نے ایک کتاب تصنیف کر کے اپنے مرشد کی خدمت میں پیش کی۔ سلطان المشائخ رحمہ اللہ علیہ نے فرمایا: یہ کتاب تم نے خوب لکھی ہے، مگر سعدی رحمہ اللہ علیہ کی گلستاں کچھ اور ہی ہے، اس کا حسن ولطافت اس میں نہیں، امیر خسرو رحمۃ اللہ علیہ یہ سن کر دل شکستہ ہوئے۔ اسی رات خواب میں حضرت رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی زیارت ہوئی۔ دیکھا کہ آپ ﷺ کے سامنے شیخ سعدی شیرازی رحمۃ اللہ علیہ اور دائیں جانب سلطان المشائخ دست بستہ باادب کھڑے ہیں اور رسول اللہ ﷺ کسی کتاب کے مطالعے میں مشغول ہیں۔ امیر خسرو رحمہ اللہ علیہ نے قریب جا کر دیکھا، تو معلوم ہوا کہ یہ کتاب حضرت شیخ مصلح الدین شیرازی رحمہ اللہ کی "گلستاں" ہے۔

رسول اللہ ﷺ کی زیارت کا سلسلہ منقطع ہو گیا

مولانا رشید احمد رحمہ اللہ نے امام شعرانی رحمۃ اللہ علیہ کی "میزان" کے حوالے سے بیان کیا ہے کہ محمد بن زین رحمہ اللہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے نہایت مداح تھے اور اکثر بیداری کی حالت میں آپ ﷺ کی زیارت سے مشرف ہوتے تھے۔ ایک مرتبہ کوئی شخص ان کے پاس آیا اور درخواست کی کہ فلاں کام کے سلسلے میں حاکم وقت سے سفارش کریں۔ محمد بن زین رحمہ اللہ حاکم کے پاس گئے اور اس نے انہیں اپنی مسند پر بٹھایا۔ اسی دن سے رسول اللہ ﷺ کی زیارت کا سلسلہ منقطع ہو گیا۔ زین رحمہ اللہ نے حد درجہ الحاح وزاری کی، حتیٰ کہ ایک خاص شعر پڑھا، تب آپ ﷺ کچھ دور سے دکھائی دیے اور فرمایا:

''تو دیدار کا سوال کرتا ہے اور بیٹھتا ہے ظالموں کی مسند پر''

پھر ہم کو خبر نہیں ملی کہ ان کو حضرت رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نظر آئے ہوں' یہاں تک کہ ان کا انتقال ہو گیا۔

کتاب ''سیرۃ النبی ﷺ'' کی بارگاہ رسالت میں قبولیت

سید سلیمان ندوی رحمہ اللہ ''سیرت النبی ﷺ'' کی پانچویں جلد میں لکھتے ہیں:

''وہ ایک مقدس بزرگ جن کے ساتھ مجھے پوری عقیدت تھی اور جن کی زبان سے استحقاق کے باوجود کبھی مدعیانہ فقرہ نہیں نکلا' انہوں نے مجھ سے فرمایا:

''یہ کتاب وہاں مقبول ہو گئی'' کہاں مقبول ہو گئی؟ یہ کس بزرگ کا مشاہدہ اور بیان ہے؟ ''تذکرہ سلیمان'' کے مصنف غلام محمد صاحب نے خود حضرت سلیمان ندوی رحمہ اللہ سے اس کی تفصیل دریافت کی تھی۔ فرمایا کہ یہ میرے والد ماجد رحمہ اللہ تھے۔ عالم رویا میں حضرت رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی زیارت سے مشرف ہوئے اور دیکھا کہ ''سیرۃ النبی ﷺ'' بارگاہ رسالت میں پیش کی گئی۔ حضرت رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے اسے قبول فرمایا اور اس پر اظہار خوشنودی سے مزید سرفرازی ہوئی۔

☆......☆......☆

خواب اور ان کی حقیقت

برے خواب دیکھ کر پریشان نہ ہوں۔۔۔عموماً تعبیر ان کے برعکس ہوتی ہے

خواب کس طرح آتے ہیں......!

دن بھر کا تھکا ہارا انسان جب رات کو بستر پر لیٹتا ہے تو فوراً ہی نیند کی دیوی اسے اپنی آغوش میں لے لیتی ہے۔ اگرچہ انسان خود تو سو جاتا ہے لیکن اس کا دماغ جاگتا رہتا ہے اور نیند کی اسی کیفیت میں ایک ایسی حالت بھی آتی ہے' جب ہمارا دماغ ان تمام واقعات کو ہمارے سامنے لانا شروع کر دیتا ہے' جو دن بھر میں ہم نے کئے ہوتے ہیں۔ اس موقع پر ذہن تو چوکنا ہوتا ہی ہے' ہمارا جسم بھی باخبر ہو جاتا ہے۔

اس حال میں پلکوں کے نیچے آنکھیں تیزی سے جھلملاتی اور گردش کرتی رہتی ہیں اور یہی وہ وقت ہوتا ہے جب ہم اپنے کئے ہوئے کاموں کو دیکھتے ہیں۔ جیسے جیسے رات گہری ہوتی جاتی ہے' نیند بھی گہری ہوتی جاتی ہے اور صبح تک یہ عمل جاری رہتا ہے۔ اکثر تو ایسا بھی ہوتا ہے کہ صبح اٹھنے سے چند لمحے پہلے تک خواب دیکھ رہے ہوتے ہیں۔ چونکہ اس کیفیت میں انسان کا ذہن اور جسم دونوں ہی الرٹ ہوتے ہیں' اس لئے ہلکا سا شور یا آہٹ ایک دم خوابیدہ شخص کو بیدار کر دیتی ہے۔ یہ خواب اس قدر واضح ہوتے ہیں کہ پٹھے اور عضلات دماغ کے درمیان کسی چیز کو حائل نہیں ہونے دیتے۔ اگر ایسا نہ ہو تو نقصان بھی پہنچ سکتا ہے مثلاً نیند میں چلنا وغیرہ۔

خواب ہر مذہب میں ایک حقیقت

دنیا کے سبھی مذاہب نے خواب کی حقیقت کو تسلیم کیا ہے۔ توریت اور انجیل میں بعض انبیا علیہم السلام کے خوابوں کا ذکر ہے۔ قرآن مجید میں حضرت یوسف علیہ السلام کے خواب اور ان کی تعبیروں کے ذکر کی تفصیل ہے۔ اللہ تعالیٰ نے حضرت یوسف علیہ

السلام کو تعبیر خواب کا علم عطا فرمایا تھا۔ جب وہ قید خانہ میں تھے تو دو ساتھی قیدیوں نے اپنے خوابوں کی تعبیر آپ سے معلوم کی تھی۔ اسی طرح شاہ مصر نے اپنے خواب کی تعبیر آپ سے مانگی تھی اور آپ علیہ السلام نے بتادی تھی۔ حضور اکرم ﷺ اپنے صحابہ کرامؓ کو خواب کی تعبیر بتایا کرتے تھے۔ آپ ﷺ نماز فجر کے بعد صحابہ کرامؓ سے دریافت فرماتے ''رات تم میں سے کسی شخص نے کوئی خواب دیکھا ہے''؟ اگر کوئی خواب بیان کرتا تو آپ ﷺ تعبیر بیان فرماتے۔

صبح کا خواب سچا ہوتا ہے

خواب کی تعبیر وقت کے حساب سے دیکھی جائے تو صبح کا خواب بہت سچا ہوتا ہے اور اس کی تعبیر فوراً ہوتی ہے۔ جبکہ پہلے پہر کے خواب کی تعبیر ایک سال بعد ہوتی ہے۔ دوسرے پہر کے خواب کی تعبیر تین ماہ بعد ہوتی ہے۔ اور چوتھے پہر کے خواب کی تعبیر ایک ماہ بعد ہوتی ہے۔ دراصل برسہابرس سے لوگ اپنے خوابوں کی اپنے انداز میں تشریح کرتے رہے ہیں۔ یہ درست ہے کہ ہم اپنے دن بھر کے کئے ہوئے کاموں کو خواب میں دیکھتے ہیں۔ اور یہ بھی درست ہے کہ اکثر ہم ایسے خواب دیکھتے ہیں کہ ہمیں حیرت ہوتی ہے کہ ایسا تو ہم نے نہیں سوچا تھا۔

خواب مستقبل کی نشاندہی کا ذریعہ

کبھی کبھی قدرت بھی ہمیں کوئی اشارہ خواب میں دیتی ہے۔ اس سلسلے میں کچھ لوگوں کے خیال میں خواب شگون ہوتے ہیں۔ جو مستقبل کی نشاندہی کرتے ہیں جبکہ ایک حالیہ تحقیق سے یہ بات واضح ہوئی ہے کہ خواب انسان کو اپنے اندر جھانکنے کا موقع فراہم کرتے ہیں۔ خواب ہمیں یہ احساس دلاتے ہیں کہ ہم جو کچھ سوچ رہے ہیں، وہ صحیح ہے یا غلط؟ اگر ہمیں اپنے خواب کو صحیح طور پر سمجھنا ہے تو ہمیں اپنی تشخیص درست کرنا ہوگی۔

خواب پر اثر انداز ہونے والے عوامل

ہمارے خواب کئی باتوں سے متاثر ہوتے ہیں۔ کمرے کا ماحول، درجہ حرارت، دن

بھر کی مصروفیات وغیرہ۔ یہ سارے عوامل خواب کو متاثر کرتے ہیں۔

بیماری یا خوشی میں خواب دیکھنے کی کیفیت الگ ہوتی ہے۔ ہم جو کچھ خواب میں دیکھتے ہیں اکثر ان کا مطلب ان کے برعکس ہوتا ہے۔ خواب دیکھنے والے پر لازم ہوتا ہے کہ وہ اپنا خواب ہر ایک سے بیان نہ کرے۔ خاص طور پر کوئی ایسا خواب جو اس کیلئے اہم ہو اور خود سے بھی خواب کا مطلب اخذ کرنا درست نہیں ہے۔

تعبیر کے سلسلے میں ضروری احتیاط

''جب تک کسی خواب کی تعبیر نہ دی جائے وہ پرندوں کے پیروں پر ہوتا ہے۔ لیکن جب تعبیر دی جائے تو اکثر وہی تعبیر واقع ہوتی ہے''۔ اس کا مطلب ہے یہ ہے کہ جب تک کسی خواب کی تعبیر نہ لی جائے، اس کی حیثیت بالکل ایسی ہے جیسے پرندے کے پیر پر کوئی ہلکی سی چیز رکھی ہے، وہ اڑے گا تو وہ چیز بھی گر جائے گی لیکن جب خواب کی تعبیر دے دی جائے تو اس کا نتیجہ اکثر تعبیر کے مطابق ظاہر ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ہر ایک سامنے خواب نہ بیان کیا جائے۔ خواب صرف متقی، پرہیز گار، صاحب علم، خدا پرست اور ہمدرد شخص سے بیان کیا جائے۔

خواب کے اچھے اور برے اثرات

حضرت ابوقتادہؓ سے روایت ہے کہ: ''اچھا خواب خدا کی طرف سے ہوتا ہے اور برا خواب شیطان کی طرف سے۔ تم میں سے جب کوئی اچھے خواب دیکھے تو کسی صاحب علم دوست سے بیان کرے اور جب برا خواب نظر آئے تو اس خواب کی برائی اور شیطان کے شر سے اللہ کی پناہ مانگے اور تین بار بائیں طرف تھوک دے۔ اللہ نے چاہا تو اس برے خواب کا کچھ اثر نہ ہوگا اچھا خواب دیکھنے پر اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرنا چاہیے''۔

بعض خواب مسائل کی نشاندہی کرتے ہیں

ایک ہی خواب بار بار آسکتا ہے۔ ماحول، وقت اور جگہ میں تبدیلی ممکن ہے مگر

بنیادی خیال ایک ہی ہوگا۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کی زندگی میں کوئی نہ کوئی مسئلہ ہے اور آپ نے اس کا حل تلاش نہیں کیا۔ اسی طرح اپنے کیئے ہوئے کاموں کے الٹ دیکھنا یہ ظاہر کرتا ہے کہ آپ کا ذہن ان تمام واقعات کو بالکل الٹ پیش کرتا ہے جو ہم لئے ہوتے ہیں۔ یہ ہمارے اندر اس خوف کی نشاندہی ہے جس سے ہم واقف نہیں ہیں۔ جبکہ بعض خواب بہت واضح ہوتے ہیں جو ایسے مسائل کی نشاندہی کرتے ہیں جن سے ہم گزر رہے ہوتے ہیں۔ ماہرین کے مطابق یہ خواب آئیڈیل ہیں' ان سے حالات و واقعات کو سمجھنے میں مدد ملتی ہے۔ ان مسائل کا حل بھی آسانی سے تلاش کیا جاسکتا ہے۔

خواب کا دارومدار

ہر شخص کے خواب جدا ہوتے ہیں اور اس کا دارومدار انسان کی شخصیت اور سوچ پر پڑتا ہے۔ کچھ خواب ایسے ہیں جن سے ہر شخص کا یکساں واسطہ پڑتا ہے۔ مختلف طبقات اور ماحول رکھنے کے باوجود اکثر خواب یکساں ہوتے ہیں۔ مثلاً سونا جاگنا' کام کرنا' کھانا پینا' خوشی' غم' ڈر خوف اور بیماری۔۔۔ ان کیفیات کا شکار وہی شخص ہوتا ہے۔ اس لئے تقریباً یکساں خواب ہی نظر آتے ہیں۔ خواب عام طور پر ہر شخص ہی دیکھتا ہے۔ عام تاثر یہ ہے کہ اگر ہم خواب نہیں دیکھیں گے تو ذہن اوورلوڈ ہوجائے گا اور ہم پاگل ہوجائینگے۔ کچھ دوائیاں ایسی ہیں کہ استعمال کرنے سے خواب آنا بند ہوجاتے ہیں اور ذہن پر منفی اثر بھی نہیں پڑتا۔

خواب عموماً نارمل رنگوں میں نظر آتے ہیں۔ اکثر اصل رنگوں کے برعکس دیکھا گیا خواب کسی خاص بات کی نشاندہی کرتا ہے۔ کچھ لوگ خواب بالکل نہیں دیکھتے۔ دوائیوں کے استعمال کرنے سے بھی خوابوں پر اثر ہوتا ہے۔ خواب میں دیکھی جانے والی کچھ باتوں سے خوابوں کی حقیقت معلوم کی جاسکتی ہے۔

پرندے دیکھنے کی تعبیر

(باز دیکھا) دشمن قید ہوگا۔ (بلبل دیکھنا) غلام یا کنیز یا بیٹے کے مترادف ہے۔ یعنی

خوش گفتار فرزند یا ملازم ملے گا۔ (چڑیا دیکھنا) قدرومنزلت بڑھنے کا اشارہ ہے۔ (چکورہ مادہ دیکھنا) خوبصورت عورت یا ملازمہ ملے گی۔ (کوا دیکھنا) جھوٹے شخص سے واسطہ پڑے گا۔ (کبوتر دیکھنا) حالات کی اصلاح ہوگی۔ دولت ملنے کا اشارہ ہے۔

جانور دیکھنے کی تعبیر

(کتا دیکھنا) دشمن سے مقابلہ ہوگا مگر فتح ہوگی۔ (شیر) طاقتور دشمن سے واسطہ پڑے گا۔ (شیر پر سواری کرنا) زور آور ہونا' طاقتور ہونا' (اونٹ) کسی بے وقوف سے واسطہ پڑے گا۔ (اونٹ کی سواری) سفر پر جانا۔ (بکری) خواب اچھا ہے۔ (ہرن) رزق حلال کی نشانی ہے۔ (بندر دیکھنا) نحوست اور پریشانی ہے۔

پھول دیکھنے کی تعبیر

(گلاب) کامیابی' تندرستی کی علامت ہے۔ (سوسن کا پھول) باعث مسرت ہے۔ (گلدستہ دیکھنا یا بنانا) خوشخبری ملے گی' نیک نامی ملے گی۔

مختلف زبانوں کی تعبیر

(عربی بولنا) دین دار ہوں گے' علم حاصل کریں گے۔ (عبرانی) مال و وراثت ملے گی۔ (ترکی) سفر در پیش آئے گا۔ غیر ملک میں جانا ہوگا۔ چالاک اور عقلمند آدمی سے ملاقات ہوگی۔ (فارسی) صاحب دولت ہونے کا اشارہ ہے۔

مختلف چیزوں کی تعبیر

اس کے علاوہ مختلف چیزیں دیکھنا مثلاً (آسمان) آسمان کی طرف اڑنا' با اقبال ہونے کی نشانی ہے۔ (آواز) کسی کی سننا یا کسی کو آواز دینا سفر کا اشارہ ہے۔ (انگوٹھی پہننا) عزت ملے گی۔ (باغ دیکھنا) کامیابی' نیک اولاد کا اشارہ ہے۔ (بستر باندھنا) بیماری کا اشارہ ہے۔ (بستر بچھانا) غم سے نجات ملے گی۔ (جوتی خریدنا) شادی کا اشارہ ہے۔ (چاند) خوشی کی علامت ہے یہ تو کچھ خوابوں کے بارے میں ہے' ہم عموماً بہت سے خواب دیکھتے ہیں۔

اچھے خواب کیلئے کچھ ہدایات

رات کو سوتے وقت کلمہ شریف پڑھ کر سونا چاہئے، سونے سے قبل یہ مسنون دعا ضرور پڑھیں۔ اَللّٰھُمَّ بِاسْمِكَ اَمُوْتُ وَاَحْیَا (اے اللہ! میں تیرا ہی نام لے کر سوتا اور اٹھتا ہوں) کوشش کریں کہ ذہن پر کوئی بوجھ نہ ہو، اچھا سا تصور کر کے سوئیں، مقدس مقامات کا تصور کریں اور اللہ سے اچھے مستقبل کی دعا کر کے سوئیں۔ اچھا تصور کر کے سونے سے خواب بھی اچھے آتے ہیں اور ذہن بھی پرسکون رہتا ہے۔ ہمیشہ دائیں کروٹ لے کر سونا چاہئے، ہر کسی کو معاف کر کے سونا چاہیے، باوضو ہو کر سونا چاہیے، کچھ نہ کچھ تلاوت قرآن کر کے سونا چاہیے۔ یہ چند باتیں ہیں انکے اہتمام سے آپ کے خواب بہت بہتر سے بہتر ہو جائیں گے۔

بادشاہوں کی خوابوں سے دلچسپی

دور ماضی میں بادشاہ اور فرعون اپنے درباروں کے ساتھ نجومیوں اور خوابوں کی تعبیر بتانے والوں کو منسلک رکھتے تھے تاکہ ان کی مدد سے وہ اپنے لئے اور عوام کے لئے رہنمائی حاصل کر سکیں۔ اگرچہ اب اس قسم کے لوگوں کی وہ اہمیت باقی نہیں رہی اور نہ ہی ان پر اس قدر زیادہ انحصار کیا جاتا ہے لیکن پھر بھی تعبیر بتانے کی صلاحیت رکھنے والے افراد کی مانگ ابھی باقی ہے اور ان کی تعداد میں ایک بار پھر اضافہ ہونے لگا ہے۔

خواب اظہار سچائی کا ذریعہ

سائنسدانوں نے اپنے تحقیقی کاموں میں بھی ان ماہرین سے مدد لینا شروع کر دی ہے کیونکہ خواب ہمیں ہمارے بارے میں سچی باتیں بتاتے ہیں۔ خوابوں اور ان کی تعبیر کے گرد گھومنے والے توجیہات اور نظریات نے ایک نئے علم کو جنم دیا ہے جسے ڈریم ورک کہا جاتا ہے۔ یہ خود اپنے کردار کو بہتر بنانے کی ایک تکنیک ہے جو اس کی وضاحت کرتا ہے کہ خواب دراصل کیا چیز ہیں اور یہ انسان کو اپنے اندر جھانکنے کی

صلاحیت کس طرح پہنچاتے ہیں۔

خوابوں کے بارے میں تحقیقی تحریک

اس سلسلے میں سب سے پہلی تحقیقی تحریک ''دی انٹر پریٹیشن آف ڈریمز'' نامی کتاب نے جنم لیا۔ جو ماہر نفسیات سگمنڈ فرائیڈ نے 1899 میں لکھی تھی۔ اس کی بنیاد اس نظریہ پر رکھی گئی تھی کہ جاگنے کی حالت میں ہم اپنے جذبات، خواہشات اور احساسات کو دبا کر رکھتے ہیں لیکن رات کو نیند کی حالت میں شعوری دماغی قوتیں ہمارے خیالات پر اپنی گرفت ڈھیلی کر دیتی ہیں جس کے نتیجہ میں وہ تمام محسوسات خواب کے اندر ابھر کر سامنے آجاتے ہیں چاہے وہ ہمارے بچپن کے دور کے ہی کیوں نہ ہوں۔

نیند کی حالت میں دماغ کا کام

گزشتہ دنوں ایک اور زیادہ معقول اور قابل قبول نظریہ پیش کیا گیا ہے کہ نیند کی حالت میں بھی ہمارا دماغ پوری طرح کام کرتا رہتا ہے۔ دماغ دن بھر میں پیش آنے والے واقعات اور سانحات کا تجزیہ کرتا رہتا ہے اور ان کے مختلف پہلوؤں کو یادداشت کے مختلف خانوں میں جمع کرتا رہتا ہے چنانچہ جن واقعات یا سانحات پر غور کرنے کی دوبارہ ضرورت نہیں رہتی، وہ دماغ کے سب سے زیادہ اندرونی خانوں میں جا کر محفوظ ہو جاتے ہیں اور پھر نیند کی حالت میں دماغ انہیں خواب کی شکل میں سلسلہ وار ایک ترتیب کے ساتھ ظاہر کرتا رہتا ہے تاکہ ان واقعات کو دہرایا جا سکے اور ان سے کوئی نتیجہ اخذ کیا جا سکے۔ اس نظریہ کا سنسنی خیز پہلو یہ ہے کہ خوابوں کے اندر وہ معنی پنہاں ہیں جو ہماری زندگی کے روزمرہ واقعات سے متعلق ہیں اور یہ خواب دراصل ہمیں ان واقعات اور جذبات کے نتائج سے آگاہ کرتے ہیں جو بیداری کی حالت میں پیش آئے تھے لیکن ہم نے ان پر توجہ نہیں دی تھی اور انہیں نظر انداز کر دیا تھا۔

☆......☆......☆

ہم خواب کیوں دیکھتے ہیں......!

شعور اور تحت الشعور

انسان کی زندگی شعور Consciousness تحت الشعور Subconsciousness اور لاشعور Unconsciousness سے رقم ہے۔ شعور سے مراد وہ تمام افعال ہیں جو ہم روزمرہ زندگی میں اپنے پورے ہوش وحواس میں انجام دیتے ہیں۔ ہمارا ذہن پوری طرح سے بیدار ہوتا ہے اور ہم اچھے برے کی پہچان کر سکتے ہیں۔ ہماری گفتگو میں رابطہ ہوتا ہے۔ ہمارے افعال کسی خیال یا نظریہ کے تحت تکمیل پاتے ہیں۔ ہم اپنی طاقت اور بے بسی کا پورے طور پر تجزیہ کر سکتے ہیں۔ اور وہی کام کرتے ہیں' جس کا اہل خود کو پاتے ہیں۔ غرضیکہ ہماری تمام بیدار زندگی اسی زمرے میں آتی ہے۔

تحت الشعور کے تحت ہمارے تمام وہ خیالات اور افعال آتے ہیں جو کہ ہماری خواہشات کے تابع ہوتے ہیں اور بعض ایسی باتیں اور یادیں جنہیں وقت کا چکر شعور سے نکال کر تحت الشعور میں لا پھینکتا ہے۔ ہم ہر خوشی اور ہر غم کو ہر وقت یاد نہیں رکھ سکتے' ورنہ ہماری شعوری زندگی معطل ہو کر رہ جائے۔ ایسی باتیں ہم وقتی طور پر بھول جاتے ہیں مگر ذہن پر دباؤ ڈالنے سے' یا نیم غنودگی کی حالت میں یاد کر لیتے ہیں۔ اس طرح ہماری زندگی کی کڑیوں میں رابطہ رہتا ہے اور آجکل ہپناٹزم بھی اسی تحت الشعور میں لانے کا ایک طریقہ ہے۔

بعض باتوں کا لاشعور میں روپوش ہو جانا

بعض مرتبہ بعض باتیں عرصہ تک یاد نہیں کرتے تو وہ ہمارے تحت الشعور سے کھسک کر لاشعور میں چلی جاتی ہیں۔ ایسی باتیں ہم ذہن پر دباؤ ڈالنے کے باوجود

یاد نہیں کر سکتے یا بعض ایسی باتیں ہوتی ہیں جو صرف ہمارے ذہن میں جنم لیتی ہیں اور دوسروں کی ناپسند اور اپنی ناپسند اور نفرت کی وجہ سے ہم انھیں فوراً جھٹک دیتے ہیں اور پھر آہستہ آہستہ ہم ایسی باتوں کو اپنی طرف سے بالکل بھول جاتے ہیں اور ان کی جگہ نئی باتیں لے لیتے ہیں مگر یہ باتیں ہمارے لاشعور میں جا کر روپوش ہو جاتی ہیں۔ اور جب ہم گہری نیند سوتے ہیں تو کبھی کبھی پردہ ذہن پر تھرکنے لگتی ہیں۔ ایسی باتیں اور خواب ہم اکثر بھول جاتے ہیں۔ کیونکہ ہمارا شعور ان کو قبول کرنے سے انکار کر دیتا ہے۔ مگر اس طرح ہم اپنے جذبات وخیالات کی تسکین کر لیتے ہیں اور ہمارا ذہن بیمار نہیں ہونے پاتا۔

خواہش بار بار سر اٹھاتی ہے

مثلاً کسی شخص کی آمدنی بہت کم ہے اور وہ ہر وقت اس کے متعلق سوچتا رہتا ہے۔ مگر وہ ایک شریف انسان ہے اور چوری چکاری کے متعلق کبھی بھول کر بھی نہیں سوچ سکتا۔ وہ دلائل سے اپنے آپکو مطمئن کر لیتا ہے کہ یہ طریقہ غلط ہے مگر غیر ارادی طور پر خواہش بار بار سر اٹھاتی ہے کیونکہ اقتدار اور دولت کی ہوس انسانی فطرت میں موجود ہے اور بہت کم اشخاص ہیں جو ان پر قابو پا سکیں۔ کچھ نہیں تو نوکروں' بچوں اور بیوی پر ہی رعب ڈال کر اسے پورا کر لیا جاتا ہے۔ بیوی بچوں پر اور بچے نوکروں پر اور نوکر پھر اپنے گھر والوں پر رعب جھاڑ کر اس جذبہ کی تسکین کرتے رہتے ہیں اور اس طرح یہ چکر جاری رہتا ہے۔ مگر بعض اوقات یہ اس سے تسکین نہیں پا سکتا۔ اور جس طرح وہ شریف شخص خواب میں چوری کر کے یا زبردستی چھین کر اپنی خواہش کی تکمیل کرتا ہے۔ اسی طرح اقتدار کا بھوکا شخص خود کو اعلیٰ عہدوں پر فائز دیکھتا ہے۔

تحت الشعور اور لاشعور کے درمیان جنگ

جب ہم ہلکی نیند سوتے ہیں تو ہمارا شعور پوری طرح نہیں سوتا' ایسے میں شعور' تحت الشعور اور لاشعور کے درمیان جنگ جاری رہتی ہے بعض چیزیں ہمارے ذہن

میں آتی ہیں اور پھر فوراً دوسرا خواب شروع ہو جاتا ہے۔ بے رابط خوابوں کی یہی وجہ ہے اور ایسے خوابوں میں عموماً انسان اپنی خواہشات کی تکمیل نہیں کر سکتا۔ کامیابی و ناکامی دونوں بار بار اپنا غلبہ جمالیتی ہیں اور ایسی نیند کے بعد ذہن عموماً تھکا تھکا رہتا ہے اس کے برعکس جب ہم بہت تھکے ہوئے ہوں تو لاشعور بھی سو جاتا ہے۔ ایسے میں ہم ہمیشہ ایسے خواب دیکھتے ہیں جن میں ہم اپنی خواہشات کی تکمیل کر لیتے ہیں۔ فرض کیا ایک شخص کی کسی دوسرے شخص سے دشمنی ہے۔ دن کے وقت وہ دماغ استعمال کرتا ہے اور سوچتا ہے کہ اسے صلح کر لینی چاہئے یا پھر اس سے قطع تعلق کر لے۔ مگر نقصان نہ پہنچائے یہ شرافت کے اصول کے خلاف ہے۔ نفرت اور غصہ لاشعور میں جاگزیں ہو جاتا ہے اور خواب میں وہ اپنے دشمن کو ذلیل دیکھتا ہے یا سے مار ڈالتا ہے یا اگر وہ اس کی سبقت کا جیتی جاگتی زندگی میں قائل ہو، مگر اسے قبول نہ کرتا ہو تو خواب میں وہ اس سے شکست کھاتا ہے۔

ڈراؤنے خوابوں کی وجوہات

ہم میں سے زیادہ تر خوفناک اور ڈراؤنے قسم کے خواب دیکھتے ہیں ان خوابوں کی ایک وجہ بدہضمی بھی ہے اور دوسری وجہ بیرونی شور بھی ہے مگر ایسے خوابوں کی ایک بڑی وجہ یہ ہے کہ انسان کو اپنی زندگی سے بے پناہ محبت ہوتی ہے اور موت کا غیر شعوری خوف اس پر چھایا رہتا ہے۔ زندگی میں ہم خوشی سے اتنے متاثر نہیں ہوتے جتنے غم سے بعض حادثات جن سے ہماری زندگی کا کوئی تعلق نہ ہو ہمیں بہت متاثر کرتے ہیں۔ دور دراز جگہ پر واقع ہونے والے حادثات کے موقع پر ہم خود کو فرض کر کے غیر شعوری طور پر سوچتے ہیں کیونکہ رحم کا جذبہ بھی انسان میں بدرجہ اتم موجود ہے اور خاص کر دوسروں کی تکلیف اپنی تکلیف سے زیادہ معلوم ہوتی ہے ایسے حادثات ہمارے لاشعور پر یورش کر کے وہاں اپنی مستقل آماجگاہ بنالیتے ہیں۔ اور پھر خوابوں میں وقتاً فوقتاً آتے رہتے ہیں۔ وہ وقتی تاثر جسے ہم بھول جاتے ہیں کبھی ذہن سے محو نہیں ہو سکتا۔ ہماری

زندگی میں پیش آنے والا ہر واقعہ ہمیں یاد رہتا ہے۔ شعوری یا لاشعوری حالت میں۔

خواب میں کچھ چیزیں اصلی شکل میں نہیں آتیں

فرائڈ نے تو زندگی کے ہر جذبے کو توڑ مروڑ کر محور جنس کے گرد گھما کر رکھ دیا ہے۔ اس کے نزدیک والدین اور اولاد کا پر خلوص اور روحانی تعلق بھی اس سے الگ نہیں مگر اس کے نظریہ کے مطابق یہ تمام چیزیں اپنی اصلی شکل میں خواب میں نہیں آتیں بلکہ مختلف روپ دھار کر آتی ہیں۔ کیونکہ انسانی ذہن اسے قبول کرنے سے انکار کر دیتا ہے۔

مگر ژنگ Jung نے اس نظریہ کو غلط ثابت کر دیا ہے کیونکہ جنس ہی سب کچھ نہیں انسان کچھ روحانی اور اخلاقی قدروں کا حامل ہے جو کہ جنسی پہلو سے بالکل الگ تھلگ ہیں اور جن کی موجودگی میں جنسی جذبہ خود بخود سو جاتا ہے۔ مثلاً بھوکا انسان خواب میں لذیذ کھانے کھاتا ہے۔ ایک بیمار شخص خود کو تندرست دیکھتا ہے۔ غریب شخص امارت کے خواب دیکھتا ہے اور بوڑھا شخص جوانی کے۔ اس طرح یہ جنس اور دیگر روحانی و ذہنی خواہشات کا مرکب ہوتے ہیں۔

انسان میں اقتدار کی خواہش

انسان میں زر، جنس اور اقتدار کی خواہش سب سے زیادہ موجود ہوتی ہے اور یہی وجہ ہے کہ ہم میں سے اکثر ہوا میں بغیر کسی مادی شے کے پرواز کرتے ہوئے خود کو دیکھتے ہیں۔ اسکی دو بڑی وجوہات ہیں ترقی کی خواہش زندگی کے ہر شعبہ میں موجود رہتی ہے اور یہی زندگی میں رعنائی و خوشی کا باعث ہے۔ اس کی دوسری بڑی وجہ یہ ہے کہ ہم فرار چاہتے ہیں۔ بعض مرتبہ حالات سے، بعض دفعہ ماحول سے اور بعض مرتبہ ذہنی اور اخلاقی قدروں سے اور بعض مرتبہ مادیت سے مگر یہ فرار کبھی تو مکمل ہو جاتا ہے اور کبھی بالکل نا مکمل رہ جاتا ہے۔ نامکمل اس صورت میں رہتا ہے جب بعض ایسی بندشیں ہوں جنہیں ہم ناپسند کرتے ہیں اور ان سے چھٹکارا حاصل نہیں کر سکتے مثلاً بعض اشخاص کو اپنے

دوستوں سے بہت لگاؤ ہوتا ہے۔ بعض کو اپنے گھر سے بعض کو اپنے فن سے۔ اور وہ کسی قیمت پر بھی ان سے کنارہ کش ہونے پر تیار نہیں ہوتے۔ ایسے میں ایک الجھن ان کے ذہن میں اپنی مستقل آماجگاہ بنالیتی ہے۔ اگر شعوری زندگی میں بھی یہ الجھن باقی رہے تو وہ جلد یا بدیر اپنا ذہنی توازن کھو بیٹھے گا۔ اس لئے یہ لاشعور میں چلی جاتی ہے۔ ایسے میں ہم عموماً ایسے خواب دیکھتے ہیں کہ ہم بھاگنا چاہتے ہیں۔ یا لڑنا چاہتے ہیں مگر خواہشات کی تکمیل نہیں کر سکتے۔ یہ ناکامی بعض اوقات تلخ وجوہات کی وجہ سے بھی ہوتی ہے کیونکہ ایسے میں شعور اگر کچھ بیدار ہو۔ تو وہ اس فرار کی اجازت نہیں دیتا اور بعض چیزوں کو ناپسند کرتے ہوئے بھی ہمیں ان کے ساتھ گزر کرنا ہی پڑتی ہے۔

مختلف روپ تبدیل کر کے آنیوالے خواب

خواب میں ہم حقیقت یا واقعہ کو بعینہ نہیں دیکھتے۔ بلکہ وہ مختلف روپ تبدیل کر کے آتے ہیں۔ جگہ یا اشخاص کو مختلف شکلوں میں یا کسی دشمن کو کسی دوست کے روپ میں دیکھتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ہم شکلوں سے زیادہ صفات کو ذہن میں جگہ دیتے ہیں۔ ہماری دوستی اور دشمنی شکلوں پر نہیں ان کی صفات پر ہوتی ہے۔ اور ہم خواب کا مکمل تجزیہ صرف اسی صورت میں کر سکتے ہیں جب ہم اس شخص کی روزمرہ زندگی سے پوری طرح واقفیت رکھتے ہوں۔ اور وہ ہمیں مختلف اشخاص کے متعلق اپنے خیالات سے پوری طرح مستفید کرے۔ مثلاً اگر ایک شخص کسی دشمن کو کسی دوست کے روپ میں دیکھتا ہے تو تجزیہ کرنے پر یہ بات واضح ہو جاتی ہے کہ وہ اس دشمن کو کسی نہ کسی وجہ سے دوست بنانا چاہتا ہے مگر اس کا احساس خودی اسے ایسا نہیں کرنے دیتا۔ اس لئے وہ خواب میں اسے دوسرے شخص کے روپ میں دیکھتا ہے۔ کیونکہ خواب کی حالت میں بھی وہ جھکنا پسند نہیں کرتا یا پھر وہ اس دوست سے کسی وجہ سے بدظن ہو جاتا ہے۔ کوئی نہایت معمولی سی رنجش کی بات' جسے وہ فراموش کر چکا ہے۔ اور بات آئی گئی ہوئی۔ مگر وہ اس کے ذہن کے کسی گوشے میں خوف بن کر

چھپی ہوتی ہے یا پھر اس کا محض خوف کہیں یہ دوست بھی اسکے خلاف نہ ہو جائے۔ ان میں سے کوئی بھی وجہ ہو سکتی ہے۔ اور اصل وجہ خواب دیکھنے والے کی ذاتی زندگی سے تجزیہ کر کے ہی معلوم کی جا سکتی ہے۔

زیادہ تر خواب خواہشات کا عکس

ہمارے خواب زیادہ تر ہماری خواہشات کا عکس ہوتے ہیں وہ جذبات و خیالات و خواہشات جو کسی کو دیکھ کر' سن کر' یا سوچ کر' ارادی یا غیر ارادی طور پر ہمارے ذہن میں پیدا ہوتے ہیں یا پھر بالکل ان کے برعکس خیالات و خواہشات کا ظہور' جو ہم میں جذبہ انتقام یا رشک و حسد کی وجہ سے پیدا ہوتے ہیں۔ مثلاً ہم کوئی بہت اچھی چیز محض اس وجہ سے ناپسند کرنے لگتے ہیں کہ وہ ہمارے رقیب کو پسند ہے۔ یا پھر اگر ہم اسے ظاہری طور پر برا نہ کہیں اور اس کا کچھ بگاڑ نہ سکیں' تو خواب میں ہم اپنے جذبہ کی تسکین کر لیتے ہیں۔ اس لئے خواب نفسیاتی الجھنوں کو دور کرنے میں بہت مفید ثابت ہو سکتے ہیں۔ کیونکہ اس طرح ہم شعوری طور پر حقیقت کو تسلیم کر لیں تو صحت مند ذہن کی نشوونما شروع ہو جاتی ہے پھر ہمارے خواب ہمارے لئے باعث الجھن نہیں بنیں گے۔ انبیائے کرام علیہم السلام اولیائے کرام رحمہم اللہ اور نیک بندوں کے بتدریج مقام کے اعتبار سے بہت اہمیت کے حامل ہوتے ہیں۔

☆......☆......☆

خواب اوران کی ترجمانی

خوابوں کی ترجمانی کیسے کی جائے......؟

خواب کیوں آتے ہیں‘ان کی ترجمانی کیسے کی جائے؟اسکے بارے میں اگرچہ کوئی حتمی رائے قائم نہیں کی جاسکتی مگر یہ حقیقت ہے کہ خوابوں سے ہم اپنے دماغ کو مستحکم و متوازن رکھ سکتے ہیں۔خواب کی صحیح ترجمانی اگر ممکن ہوتو متعدد مسائل حل کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔جدید تحقیق کے مطابق خواب انسانی زندگی کیلئے ناگزیر ہیں۔اگر کوئی شخص چند دن خواب نہ دیکھے تو وہ نہ صرف چڑ چڑا اور بے چین ہوگا بلکہ معمول کے کام کاج کا کرنا بھی اس کیلئے ناممکن ہو جائے گا۔چنانچہ پرسکون زندگی اور آرام دہ نیند کیلئے خواب دیکھنا ضروری اور مفید ہے‘لیکن یہ کسی کے اپنے اختیار میں نہیں۔

خوابوں کے بارے میں نظریہ

بعض لوگوں کا کہنا ہے کہ خوابوں کے بارے میں اب تک کوئی خاص نظریہ نہیں قائم کیا جاسکا۔یہی کہا جاتا ہے کہ خواب اتفاقاً آتے ہیں اور جو کچھ ان میں نظر آتا ہے اس کا بھی حقیقت سے کم ہی واسطہ ہوتا ہے۔قابل ذکر بات یہ ہے کہ کوئی شخص خواب دیکھ رہا ہو اور ادھورے یا تشنہ تکمیل خواب میں اس کی آنکھ کھل جائے اور اس کی پلکوں کی جنبش بہت تیز ہو جائے تو اندازہ لگایا جاسکے گا کہ بیدار ہونے والا یہ شخص ضرور کوئی خواب دیکھ رہا تھا۔خواب میں بعض اوقات عجیب وغریب مقام‘ واقعات اور مناظر نظر آتے ہیں اور کئی دفعہ حالت خواب میں انسان ایسے کام کرتا ہے جن کا عملی زندگی میں تصور بھی نہیں کیا جاسکتا۔یہ حقیقت تقریباً ہر کوئی جانتا ہے کہ دماغ کے معمولی سے حصے کو بھی اگر بجلی کا کرنٹ لگایا جائے تو یادداشت ایک تصویر‘ آواز اور عمل کی شکل میں رونما ہونا شروع ہو جاتی ہے اور گزرے ہوئے واقعات ایسے یاد آنے

لگے ہیں جیسے ابھی ہی گزرے ہوں۔یہی حال خوابوں کا ہے۔

خواب چلتے پھرتے کام کرتے ہیں

ایک نظریے کے مطابق جب انسان گہری نیند سوتا ہے تو اس کے دماغ کے بعض خلئے بیٹری کی مانند چارج ہونا شروع ہو جاتے ہیں اور اس کے ساتھ ہی از خود ایک برقی آلے کی طرح وہ دیگر خلیوں کو حرکت پر آمادہ کرتے ہیں اور پھر خواب میں ہم اس طرح چلتے پھرتے‘ کام کرتے‘ گفتگو کرتے نظر آتے ہیں جیسے جاگتے میں ہوتے ہیں۔دماغ کے یہی خلئے ہماری یادداشت کو بھی چوکس کرتے ہیں اور ہمارا ماضی مناظر کی شکل میں دماغ کی سکرین پر منعکس ہوتا ہے اور خواب میں ہم ایک متحرک فلم دیکھتے ہیں۔

نظام ہضم کا خواب لانے میں دخل

جسم کے نظام ہضم کی کارکردگی یا دماغ میں اتار چڑھاؤ کی تبدیلی بھی خواب لانے کا سبب ہوتی ہے۔ایسی صورت میں آنے والے خواب بیدار ہونے کے بعد یاد بھی رہتے ہیں۔اس نظریہ کے مطابق انسانی خوراک کا اس کے خوابوں کے ساتھ گہرا تعلق ہوتا ہے۔اسکے علاوہ بہت سے محرک اور عوامل ایسے ہیں جن سے ہم اپنی دماغی حالت اور خوابوں کے بارے میں اندازہ لگا کر حقائق سے آگاہی حاصل کر سکتے ہیں۔کہتے ہیں دوران خواب کسی شخص کے چہرے کے مختلف حصوں پر ٹھنڈا پانی چھڑکا جائے تو اس سے خواب مربوط رہتے ہیں۔

خواب کا دورانیہ قابل قدر

ایک تحقیق کے مطابق خواب کا دورانیہ بھی حقیقی زندگی کے لمحات کی طرح قابل قدر ہوتا ہے۔متحدہ عرب امارات کے ایک معالج ڈاکٹر سنبل میمن کے مطابق جدید سائنس ابھی تک خوابوں کی معنویت اور اہمیت کا کھوج لگانے میں مصروف ہے اور خوابوں کے بارے اب تک جو کچھ معلوم کیا گیا ہے وہ ایک تعارف ہے۔اب تک صرف یہی پتہ چل سکا ہے کہ خواب عموماً اس وقت آتے ہیں جب پلکوں کی جنبش

میں تیزی آتی ہو۔ ہم میں سے ہر کوئی ایک باقاعدہ خواب دیکھتا ہے لیکن اسے صبح کے وقت کچھ یاد نہیں ہوتا کہ رات کو کیا دیکھا تھا۔ خوابوں کی معنویت کے بارے میں دماغی امراض اور نفسیات کے ماہرین کی آراء اور نظریات بھی متضاد اور جداگانہ ہیں بعض کا کہنا ہے کہ لوگ جیسا سوچتے اور اپنے مستقبل کے بارے میں جیسے پروگرام بناتے ہیں انہیں خواب میں وہی کچھ نظر آتا ہے اور بعض کے مطابق ہماری زندگی کے عام واقعات توقعات اور مسائل کی تصاویر خوابوں میں نظر آتی ہیں۔ بیشتر نفسیات دان کہتے ہیں کہ انسان کی نفسیاتی حالت کا اس کے خوابوں سے گہرا تعلق ہوتا ہے مسائل کے شکار لوگ پریشان خواب دیکھتے ہیں اور آسودہ حال لوگوں کو دلچسپ اور خوشگوار خواب آتے ہیں۔ اس کے علاوہ نشہ کرنے والے اور حساس لوگوں کو ڈراؤنے اور عجیب وغریب خواب آتے ہیں تاہم یہ مسلمہ حقیقت ہے کہ خوابوں سے بچنا انسان کے بس سے باہر ہے۔

خوابوں کی تعبیر کا سلسلہ

خوابوں کی ترجمانی اور تعبیر معلوم کرنے کا سلسلہ بھی قدیم قبل مسیح کے زمانے سے مروج ہے، تاہم یہ ترجمانی اور تعبیر مفید یا سچی ہوتی ہے یا نہیں، یہ ایک علیحدہ مسئلہ ہے۔ ہاں البتہ اگر ہم اپنے خوابوں کی ترجمانی بالکل صحیح انداز میں کر سکیں تو اس سے نہ صرف عام زندگی سے مسائل کے حل کرنے میں مدد مل سکتی ہے، بلکہ مستقبل کیلئے منصوبہ سازی بھی کی جاسکتی ہے۔ خوابوں کی تعبیر کے متعلق سینکڑوں برسوں سے کتابیں لکھی جارہی ہیں لیکن یہ کس قدر سچی اور قابل عمل ہیں۔ اسکے بارے میں یقین سے کچھ نہیں کہا جا سکتا کیونکہ ہر خواب نہ تو معنویت آگیں ہوتا ہے اور نہ ہی مقصدیت سے خالی۔ سب سے بڑی بات یہ کہ خواب صرف وہی شخص دیکھتا ہے جس کو نیند آتی ہے۔ اسکے علاوہ ہر شخص اپنے خواب دیکھتا ہے۔ ایک کے خواب دوسرا نہیں دیکھ سکتا۔ اگر ایسا ممکن ہوتا تو خوابوں کا تجزیہ کرنے

میں بہرحال مدد ملتی۔ چنانچہ جب کوئی شخص کسی کو اپنا خواب سنانے کے بعد کسی سے اس کی تعبیر یا مطلب پوچھتا ہے تو دوسرا اندازے قائم کر کے سائل کو نہ صرف خوش فہمی بلکہ بعض اوقات عجیب ذہنی الجھن میں مبتلا کر دیتا ہے۔

☆......☆......☆

سچے خوابوں کی چند مثالیں

ایسے خواب جن کی تعبیریں حیرتوں کا عنوان بن گئیں

جمعے کی شام میں نعمت اللہ خاں کے ڈیرے پہنچا تو محفل جمی ہوئی تھی اور حقے کا دور چل رہا تھا۔ بات خوابوں اور تعبیر کی ہو رہی تھی۔ حافظ یٰسین جو سبزی منڈی کے آڑھتی ہیں اور ایک مسجد میں جمعے کا خطبہ بھی دیتے ہیں' سورۃ یوسف کے واقعات خواب بیان کر رہے تھے۔ حضرت یوسف علیہ السلام کے سامنے گیارہ ستاروں' سورج اور چاند کا سجدہ کرنا' مصر میں ان کے دو ساتھی قیدیوں میں سے ایک کا شراب کشید کرنا اور دوسرے کے سر پر رکھی روٹیوں کو پرندوں کا نوچنا اور شاہ مصر کا خواب دیکھنا کہ سات موٹی گائیوں کو سات دبلی گائیں کھا جاتی ہیں اور اناج کی سات بالیاں ہری ہیں اور سات سوکھی۔ ان خوابوں کے ساتھ ساتھ حافظ صاحب نے ان کی تعبیروں پر بھی روشنی ڈالی۔

خوابوں کی تعبیر کون بیان کرے......؟

حافظ یٰسین اپنی بات کہہ چکے تو ایک صاحب نے کہا: ''خوابوں کی تعبیر بیان کرنا ہر ایک کا کام نہیں یہ ایک خداداد علم ہے''۔ ایک اور صاحب نے جو انگلستان میں کام کرتے اور ان دنوں چھٹی پر تھے' فرائڈ کے نظریہ تعبیر پر ایک چھوٹا سا لیکچر دے ڈالا۔

اس دوران میں نعمت اللہ خاں کے ڈیرے کا نوکر چائے لے آیا۔ یہ وہی ڈیرا ہے جہاں جمعے کی شام کتابوں اور قلم کی دنیا سے نکل کر میں دو چار گھنٹے جا بیٹھتا ہوں۔ قصبوں اور دیہات کے یہ ڈیرے درحقیقت ایک طرح کے کلب ہیں جہاں دوست ایک دوسرے سے ملنے اور ان کا حال احوال پوچھنے چلے آتے ہیں بے تکلف دوست دل کی بھڑاس نکالتے ہیں اور شہر کے تازہ واقعات پر تبصرہ کرتے ہیں۔

جگ بیتی اور آپ بیتی بیان کی جاتی ہے گویا ہمارے یہ قدیمی کلب ہماری تہذیب کے عکاس اور معلومات کا ایک خزینہ لیے ہوتے ہیں۔ شاید اس لئے ہمارے بزرگوں نے ایسی محفلوں' ڈیروں اور چوپالوں میں نوجوانوں کا بیٹھنا ضروری قرار دیا ہے تاکہ طرح طرح کی معلومات سے ان کا دامن بھرے' وہ ہر دم شناس بنیں اور انہیں بات کرنے اور لوگوں میں بیٹھنے کا شعور حاصل ہو۔ جو آدمی کسی سے بداخلاقی سے پیش آتا ہے یا دوسروں کی بات برداشت نہیں کر پاتا' اسے آج بھی طعنہ دیا جاتا ہے کہ وہ چار آدمیوں کی محفل میں بیٹھا ہی نہیں۔

اہل محفل چائے سے جب فارغ ہو چکے تو بات پھر خوابوں کی ہونے لگی۔ نعمت اللہ خاں نے کہا: ''نہیں یار' مزہ نہیں آ رہا لطف جب ہے کہ ہر آدمی کوئی نہ کوئی اپنا خواب سنائے''۔ پھر انہوں نے مجھ سے مخاطب ہوتے ہوئے کہا۔ گزشتہ جمعے کی شام تم غائب تھے' اس لئے پہلے تمہی کوئی اپنا خواب بیان کرو!۔

دو چار خواب جو درست ثابت ہوئے

میں نے ذہن پر زور دیا اور پھر ایک خواب سنانے لگا: ''یہ ۶۸ء کی بات ہے میں سعودی عرب کے شہر دمام میں ملازمت کرتا تھا اور حج بیت اللہ سے بھی مشرف ہوا تھا ان دنوں میں نے دو چار ایسے خواب دیکھے جو بالکل درست ثابت ہوئے۔

ان میں سے ایک یوں ہے کہ لاہور میں میرے ایک دوست ہیں ان کا ایک لڑکا تھا اور ایک لڑکی اور پھر کئی برسوں سے ان کے ہاں اولاد نہ ہوئی تھی۔ ایک رات خواب میں دیکھتا ہوں کہ انہیں گلاب کا بہت خوبصورت پھول دے رہا ہوں۔ اس سے میں نے یہ سمجھا اللہ انہیں ایک اور بچے سے نوازنے والا ہے' چنانچہ یہ خواب انہیں لکھ کر بھیجا۔ ان کا جواب آیا کہ میری بیوی کسی خرابی کے باعث اولاد کے قابل نہیں رہی' لہٰذا مزید کسی بچے کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔ یہ جواب پا کر میں شرمندہ ہوا اور اپنے لکھے پر پشیمان بھی' کیونکہ دوست نے ساتھ یہ طنز بھی کی تھی کہ

تم ابھی ولی نہیں ہوئے‘ لہٰذا ایک حج اور کر آؤ!

’’پھر ہوا یہ کہ ایک برس چھوڑ کر اللہ نے مجھے دوسری بار حج بیت اللہ کی سعادت نصیب فرمائی اور انہی دنوں میرے اس دوست کے ہاں دوسرا لڑکا پیدا ہوا۔ مختلف علاج کروانے کے بعد اس کی بیوی نے لاہور کے ایک ماہر ترین ڈاکٹر سے رجوع کیا تو اس نے بیماری پالی۔ مناسب علاج سے اس کی خرابی ہی دور نہ ہوگئی بلکہ پندرہ برس بعد اللہ نے اسے دوسرا لڑکا بھی عطا کیا اور اس طرح خواب حقیقت بن گیا۔ وہ لڑکا اب دسویں کا طالب علم ہے‘‘۔

’’یار! یہ عجیب خواب تھا جس نے ایک انہونی بات کے بارے میں پیشگی اشارہ کر دیا۔ ہمارے ولایت پلٹ دوست اٹھ کر چلے نہ جاتے تو ان سے پوچھتے کہ تمہارا امام فرائڈ کیا کہتا ہے بیچ اس مسئلے کے!‘‘ حبیب اللہ خاں نے بات ختم کرتے ہوئے قہقہہ لگایا اور ساری محفل کشت زعفران بن گئی۔

’’بھئی! اب کوئی اور اپنا خواب بیان کرے مگر ہو ایسا کہ مزہ کرکرا نہ ہو‘‘۔ نعمت اللہ خاں نے کہا۔

مرنے کے بعد خواب میں پیسوں کی اطلاع

مستری لطیف نے اپنا خواب یوں شروع کیا: ’’خان صاحب! آپ کو یاد ہوگا سوت بازار لاہوری دروازہ کے اخیر پر مندر کی دکان میں ایک درزی کرم الٰہی بیٹھا کرتا تھا۔ بڑا کاریگر شخص تھا مگر کام اپنی مرضی سے کرتا۔ میری طرح پان کھانے کا اسے بھی بہت شوق تھا۔ سلائی کی مشین جب بھی خراب ہوتی مجھ سے مرمت کرواتا۔ اس طرح میرا اس کا پرانا یارانہ تھا۔ ۱۹۷۵ء میں وہ فوت ہوا تو چند روز بعد میں نے اسے خواب میں دیکھا اور وہ مجھ سے کہنے لگا میں تمہاری طرف آیا ہوں‘ مجھے سعید بازار کے ساڑھے نو روپے دینے ہیں۔ آؤ ادا کریں!

’’دوسرے دن میں سعید بازار کی دکان پر گیا اور اس سے پوچھا کیا کرم الٰہی مرحوم نے تمہارے کچھ پیسے دینے تھے؟ وہ کہنے لگا جانے دیجئے‘ معمولی سی رقم ہے

۔ وہ فوت ہوگیا ہے‘ ہم نے اسے بخشا‘ اللہ اسے بخشے! جب میں نے زور دے کر پوچھا تو اس نے کھاتہ دیکھ کر کہا کہ صرف ساڑھے نو روپے ہیں۔ میں نے اسے بتایا کہ رات بابا کرم الٰہی ہی نے مجھے یہ پیسے ادا کرنے کو کہا تھا اور بتایا تھا کہ اتنی رقم ہے اور میں گھر سے وہ پیسے لیتا آیا ہوں۔ یہ لیجیے ساڑھے نو روپے۔

’’اس میں لطف کی بات یہ ہے کہ وہ ساڑھے نو روپے اس کپڑے کے تھے جو میری شلوار قمیص کیلئے کم پڑ گیا تھا اور جسے بابا کرم الٰہی نے سعید بازار ہی سے ادھار خریدا تھا‘ کیونکہ میں اسی سے کپڑا لایا تھا۔ یہ بات سعید بزاز ہی نے مجھے بتائی۔ بابا کرم الٰہی نے آخری جوڑا میرا ہی سیا تھا جس کی سلائی تو میں نے ادا کر دی تھی لیکن اس کم پڑے ہوئے کپڑے کا مجھ سے تذکرہ کرنا وہ بھول گئے تھے‘‘۔

’’ہم تو اسے نک چڑھا ہی خیال کرتے تھے کہ سلائی سب سے زیادہ لیتا اور کام نخرے سے کرتا تھا۔ بڑا نیک نکلا وہ بابا! اللہ اسے اپنے جوار رحمت میں جگہ دے۔ ایک صاحب نے کہا اور سب نے آمین کی آواز بلند کی۔

مستری لطیف کے حسن طلب کی داد دیجئے‘ خواب کا واقعہ بیان کرتے ہوئے کتنے سلیقے سے یاد دلایا کہ مجھے پان بھی کھانا ہے اور سلائی مشین جو مہینہ بھر پہلے مرمت ہو کر آئی تھی‘ اس کا بل بھی لینا ہے۔ نعمت اللہ خاں نے ملازم کو آواز دے کر سب کیلئے پان منگوائے اور مستری صاحب کو سلائی مشین کی مرمت کا بل بھی ادا کیا۔

اِدھر اُدھر کی گفتگو کے بعد پھر کر بات خوابوں ہی پر آن رکی اور قرعہ فال پھر میرے نام نکلا اور میں اپنا ایک اور خواب یوں بیان کرنے لگا:

رشتے کیلئے لڑکی پسند نہ آئی

’’میری شادی کی بات چل رہی تھی اور چند ماہ بعد سعودی عرب سے مجھے چھٹی پر آنا تھا۔ ایک رات خواب دیکھتا ہوں کہ ایک اجنبی لڑکی دونوں ہاتھوں سے میرے لئے گھر کا دروازہ کھول رہی ہے۔

”میں دسمبر ۶۹ء میں وطن آیا تو میری بہن رشتہ دیکھنے کیلئے مجھے اپنے ساتھ لاہور لے گئی۔ گھر کا پتہ ہمیں دیا گیا تھا اور ہم تلاش کرتے کرتے ان کے دروازے پر جا پہنچے۔ بہن نے اپنا چھوٹا بچہ میری گود میں دیا اور خود آگے بڑھ کر دروازہ کھٹکھٹایا۔ دروازہ جو کھٹکھٹایا گیا تھا، گھر کی بیٹھک کا تھا اور لڑکی اندر جھاڑ پونچھ میں مشغول تھی اس نے دروازہ جو کھولا تو پورا ہی کھل گیا اور وہ اسی طرح میرے سامنے کھڑی تھی جس طرح خواب میں دکھائی گئی تھی۔ وہی رنگ روپ، وہی چہرہ مہرہ مجھے باہر کھڑے دیکھ کر وہ ایک طرف ہٹ گئی اور میں نے بچہ بہن کی گود میں دے کر پیچھے پلٹ آیا اور سڑک پر آن کر انکا انتظار کرنے لگا۔ میں سوچ رہا تھا کہ یہ تو وہی لڑکی ہے، خواب والی لڑکی مجھے پسند آئی نہ میری بہن نے اسے پسند کیا اور یہاں رشتے کی بات آگے نہ بڑھ سکی۔ گھر والے کسی اور مناسب رشتے کی تلاش میں لگ گئے۔ میری چھٹی ختم ہو رہی تھی، لہٰذا میں سعودی عرب واپس چلا گیا۔

”آٹھ ماہ گزر گئے۔ میرے گھر والوں نے کئی ایک لڑکیاں دیکھیں کسی جگہ انہیں لڑکی پسند نہ آئی اور کسی جگہ لڑکی والوں نے ملک سے باہر کام کرنے والے کا رشتہ قبول نہ کیا۔ سال بھر بعد میرے چھٹی پر آنے میں چار ماہ باقی تھے کہ گھر سے خط ملا کہ ہم لڑکی تلاش کرتے کرتے تھک گئے تھے، اس لئے تمہاری منگنی اسی لاہور والی لڑکی سے کر دی ہے جہاں تم اپنی بہن کے ساتھ گئے تھے اور پھر دسمبر ۱۹۷۰ء میں جب میں چھٹی پر آیا تو اسی لڑکی سے میری شادی ہو گئی“۔

☆......☆......☆

خواب عجائبات کا حیرت انگیز طلسم

رویا اور خواب در حقیقت نفس یا روح کے عجائبات کا ایک حیرت انگیز طلسم ہے۔ علمائے نفسیات کہتے ہیں کہ اس کی حقیقت یہ ہے کہ انسان کے قوائے نفسی اور دماغی ہر وقت اور ہر آن اپنے ذہنی اعمال میں مصروف رہتے ہیں انسان جب سو جاتا ہے اور اس کے ظاہری حواس بے کار ہو جاتے ہیں، اس وقت بھی ان کے فکر و نظر کا عمل جاری رہتا ہے۔ چونکہ انسان گہری اور پر سکون نیند میں غرق ہوتا ہے اس لئے بیدار ہونے کے بعد اس کو خواب کی حالت کا احساس نہیں رہتا لیکن کبھی کبھار جب اس کی نیند گہری اور مستغرق نہیں ہوتی تو اس کو اپنے دماغ کی گزشتہ سیر کے مکمل یا نامکمل مناظر یاد رہ جاتے ہیں۔ اسی کا نام ”خواب“ ہے۔

خواب کے متعلق عہد جدید میں ترقی

خواب کے متعلق یہ تو فلاسفہ قدیم کا پرانا خیال تھا۔ اب عہد جدید میں بہت ترقی ہوئی ہے۔ سائیکالوجی یا نفسیات کو باقاعدہ ایک ”سائنس“ کا درجہ دیا گیا ہے۔ چنانچہ نفسیات کے علماء کا مقبول و مشہور نظریہ یہ ہے کہ ہم عالم بیداری میں اپنے جن خیالات، جذبات، ارادوں اور تمناؤں کو جان بوجھ کر یا بغیر جانتے ہوئے کسی وجہ سے دبا دیتے ہیں عالم خواب میں، جب ہمارے تعقل اور احساس کی جابرانہ حکومت ان سے اٹھ جاتی ہے تو ان کو ابھرنے کا موقع ملتا ہے اور وہ ہم کو خواب بن کر نظر آتے ہیں۔ بہرحال یہ شاید اس خواب کی توجیہہ ہو گی جن کو ”خواب پریشان“ یا ”اوہام دماغی“ کہنا زیادہ موزوں ہے۔

خواب کے لغوی معنی ”نیند“ کے ہیں لیکن نفسیات کی زبان میں جب ہم خوابوں کا ذکر کرتے ہیں تو اس کا معنی اور مفہوم بہت وسیع ہے اور اصل معانی سے بہت مختلف ہے۔ نفسیات دانوں کے مطابق، خواب سے مراد وہ ”تجربات“ ہیں جو ہم نیند کے

دوران یا نیند جیسی حالت میں ظاہر کرتے ہیں جبکہ ہماری شعوری قوتیں تقریباً کام کرنا بند کر دیتی ہیں جب ہم نیند کی حالت میں ہوتے ہیں۔

خواب نیند کے دوران سوچنے کا نام

یونان کے مشہور مفکر اور فلاسفر ارسطو کے مطابق ''خواب نیند کے دوران سوچنے کا نام ہے''۔ اسی طرح Wood Worth وڈ ورتھ کے قول کی روشنی میں خواب تخیل کا کھیل ہیں اور یہ تنقید اور ضابطے کے اعتبار سے دن کے خوابوں سے بھی زیادہ آزاد ہوتے ہیں اور جب ہم خواب دیکھ رہے ہوتے ہیں تو اس وقت یہ حقیقت ہی نظر آتے ہیں''۔

خواب نیند کیلئے مددگار اور معاون

گویا خواب ہماری نیند کیلئے مددگار اور معاون ثابت ہوتے ہیں اور جب تک خواب نہ آئیں، ہم گہری نیند نہیں سو سکتے''۔

گویا خواب ہلکی نیند میں آتے ہیں اور خواب آنے سے ہم گہری نیند سوتے ہیں۔

پروفیسر Montaingn کے مطابق: ''خواب ہمارے رجحانات کے صحیح ترجمان ہوتے ہیں مگر ان کو سمجھنے کیلئے ایک فن درکار ہے''۔

فرائیڈ کی مشہور کتاب ''خوابوں کی تعبیر''

علم نفسیات کے حوالے سے فرائیڈ (Freud) سے پہلے خوابوں کو زیادہ اہمیت نہیں دی جاتی تھی جب فرائیڈ نے اس کی اہمیت پر زور دیا تو ان کی اہمیت بڑھ گئی اور یہ نفسیات کا اہم موضوع بن گئے۔ فرائیڈ کی ایک مشہور کتاب ''خوابوں کی تعبیر'' سامنے آئی۔ حرکیاتی نظریہ کے مطابق خواب ظاہری مظاہر کا نتیجہ ہوتے ہیں اور ہماری دبی ہوئی خواہشات اور میلانات کی عکاسی کرتے ہیں۔ لہٰذا ''لاشعور'' کی تعبیر کیلئے خواب ایک بہت بڑا ذریعہ ہیں۔ ''لاشعور'' کی حقیقت تک خوابوں کے ذریعے رسائی ممکن ہے۔ کوئی بھی خواب فضول بے معنی نہیں ہوتا۔ خوابوں کے ذریعے ہم ہر فرد کے لاشعور کا اندازہ اور مطالعہ کر سکتے ہیں۔

خوابی واقعات تیز رفتار ہوتے ہیں

خواب ہر عمر میں دیکھے جا سکتے ہیں لیکن ان خوابوں میں فرق ہوتا ہے۔ بچپن کے خواب سادہ ہوتے ہیں جن کیلئے کوئی خاص علامات نہیں پائی جاتیں جبکہ فرائیڈ کا کہنا ہے کہ پختہ عمر کا فرد علامات کی صورت میں خواب دیکھتا ہے اور ان کے ذریعے ہم اس کے لاشعور تک پہنچ سکتے ہیں۔ دبی ہوئی خواہشات تکلیف دہ اور بعض اوقات شرمناک ہوتی ہیں ایسی خواہشات بھیس بدل کر خواب میں آتی ہیں۔ فرائیڈ کے مطابق یہ خواہشات اتنی شرمناک ہوتی ہیں کہ روز روشن میں تو خوابوں میں بھی وہ (خواب دیکھنے والا) ان کو اصلی حالت میں نہیں دیکھ سکتا۔ یہی وجہ ہے کہ وہ علامات کی صورت میں دکھائی دیتی ہیں۔ خواب میں نظر آنے والے مناظر اور واقعات بہت تیز رفتار ہوتے ہیں لمبا چوڑا ڈرامہ ایک منٹ کے اندر ذہن میں گھوم جاتا ہے۔ بعض اوقات خواب ہماری خواہشات کی تکمیل کا ذریعہ ہوتے ہیں۔ بالعموم ایسی خواہشات جو ہمارے لئے معاشرتی، اخلاقی یا مذہبی دباؤ کی وجہ سے قابل قبول نہیں ہوتیں۔ خواب میں ہمارے پاس تنقید کی صلاحیت نہیں ہوتی۔ خواب کی حالت میں ہم ہر چیز کو درست سمجھتے ہیں۔ مزید براں خواب ہماری نیند کے محافظ ہوتے ہیں۔ نیند کے دوران میں ہماری شعوری قوتیں ڈھیلی پڑ جاتی ہیں اور اس طرح بیرونی دخل اندازی کے مواقع بڑھ جاتے ہیں لیکن خواب اس قسم کی دخل اندازی کو روکتے ہیں اور انہیں نئے سیچ کی شکل عطا کرتے ہیں۔ خواب بالعموم علامتی ہوتے ہیں۔ خوابوں میں واقعات اور حادثات نظر آتے ہیں جن میں اشارات اور علامات سے کام لیا جاتا ہے۔ ان کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ ہمارے ضابطہ اخلاق کو ٹھیس نہ پہنچے۔

فرائیڈ کی رائے

فرائیڈ نے انسانی دماغ کو شعور، تحت الشعور اور لاشعور میں تقسیم کیا ہے۔ شعور سے مراد وہ واقعات ہیں جو حال میں ہی دماغ میں موجود ہوتے ہیں۔ تحت الشعور، جو

خیالات اور واقعات شعور سے نکل جاتے ہیں وہ تحت الشعور میں چلے جاتے ہیں لیکن ان کو ہم جب چاہیں واپس لا سکتے ہیں۔ عام زبان میں اس کو یاد کرنا کہتے ہیں۔ ''لا شعور'' انسانی دماغ کا وسیع وعریض اور عمیق حصہ ہے جو سمندر کی طرح لامتناہی ہے۔ اس میں ہم اپنی تمام ناکام خواہشات' خیالات اور مایوسیوں کو دبا دیتے ہیں یا پھر جن خواہشات کو اخلاقی دباؤ' دین کے ڈر یا قانون کے خوف یا وسائل کی عدم دستیابی سے پورا نہیں کیا جا سکتا ان کو ہم بظاہر ''فراموش'' کرنے یا دبانے کی سعی کرتے ہیں لیکن وہ اپنا وجود ختم نہیں کرتے۔ ہمارے حکم کے تحت ''لاشعور'' کے سمندر میں چلے جاتے ہیں' ان کو بھی بعض اوقات شدت کے ساتھ یاد کر کے شعور میں لایا جا سکتا ہے۔

خوابوں کی ذریعے علاج

بہر حال فرائیڈ کے نظریہ کے مطابق یہ ایک طویل سلسلہ ہے جیسا کہ ہم پہلے عرض کر چکے ہیں کہ نفسیات اب ایک سائنس بن چکی ہے اور خوابوں کے ذریعے انسان کے جسمانی' روحانی' اور دماغی امراض کا پتہ چلا کر آج کل ان کا علاج کیا جا رہا ہے۔ اس لئے خوابوں کو بہت اہمیت حاصل ہوگئی ہے۔ اس سلسلہ میں سید سلیمان ندوی رحمہ اللہ ''خواب'' کی حقیقت بیان کرتے ہوئے لکھتے ہیں کہ ''عرفائے روح خواب پریشان یا اوہام دماغی کے منکر نہیں لیکن رویا کی حقیقت ان کے نزدیک کچھ اور ہے۔ وہ کہتے ہیں کہ ''انسان جسم اور روح سے عبارت ہے۔ روح جب تک جسم کے اندر ہے اس کی جلوہ نمائی کے دو رخ ہیں' جسمانی اور روحانی۔ روح اپنے جسمانی دروازہ سے جھانکتی ہے تو اس کو مادہ کی سطح پر رنگارنگ کے نقش ونگار اور گلگاریاں نظر آتی ہیں۔ یہ اس کے وہ تعلقات اور دلچسپیاں ہیں جو اس کے اس جسمانی و مادی عالم کے ساتھ قائم ہیں لیکن اس کے پیچھے ایک دوسرا بڑا دروازہ ہے جہاں وہ روحانیت کے عالم میں سیر کرتی ہے۔ جس قدر اس کا تعلق' انس' دل بستگی' شیفتگی اور مشغولیت عالم اجسام سے زیادہ ہوگی اسی قدر دوسرے عالم کی طرف سے فراموشی غفلت اور بے تعلقی زیادہ ہوگی۔

مکاشفہ اور مشاہدہ

حالت خواب میں روح کی ظاہری جسمانی مصروفیتیں چونکہ کم ہو جاتی ہیں اس لئے اس کو دوسری کھڑکی سے جھانکنے کی فرصت مل جاتی ہے اور پھر روح کو جس قدر تعلقات خارجی سے بیگانگی زیادہ ہوتی ہے' شہرستان ملکوت میں اس کی سیر بہت آگے اور بہت دور تک اور وہاں کے تمثیلی مناظر ومشاہدات سے اس کی اطلاع اور واقفیت زیادہ صحیح اور سچی ہوتی ہے۔ جو روحیں اس عالم جسمانی کی بندشوں میں رہ کر بھی ان میں گرفتار مقید نہیں' ان کے لئے عالم بیداری بھی اقلیم روح کی گل گشت سے مانع نہیں۔ اس کا نام مکاشفہ اور مشاہدہ ہے۔

انبیاء کرام علیہم السلام کی ارواح

انبیائے علیہم السلام کے مقدس قالبوں میں جو ارواح طیبات ہیں' وہ عالم ظاہری کی گرفتاریوں کے بعد بھی جس حد تک آزاد اور بے تعلق رہتی ہیں' وہ عام حد انسانی سے آگے اور بہت بلند ہے۔ اسی لئے عالم مشاہدہ اور عالم رویا دونوں میں حقائق واسرار کی بستیاں ان کی نگاہوں کے سامنے ہوتی ہیں۔ بیداری تو بیداری' وہ سوتے بھی ہیں تو بیدار رہتے ہیں۔ ان کے جسم سوتے ہیں لیکن ان کی روحیں ہمیشہ جاگتی رہتی ہیں''۔

بخاری شریف کے باب الانبیاء میں فرمایا گیا ہے۔

''پیغمبروں کی آنکھیں سوتی ہیں' لیکن ان کے دل ہمیشہ بیدار رہتے ہیں''۔

پنجابی کے ممتاز صوفی شاعر سلطان باہو رحمہ اللہ فرماتے ہیں۔

''ایک جاگ دیاں وی جانہ جانن　　　اک جاگدیاں دی ستے ہو''

دراصل غافل انسان اس طرف توجہ نہیں دیتا ورنہ درحقیقت نیند اور خواب کا معاملہ ایک سر ملکوتی اور ایک راز الٰہی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ فرائیڈ دنیا دار شخص تھا اس لئے اس کی فکر دنیا داری اور جنس سے آگے نہ سوچ سکی اور وہ خواب جیسی اعلیٰ وارفع حقیقت کو جنس سے منسلک کر کے ملکوتی پرواز سے محروم رہا۔

خواب کے عربی الفاظ حلم اور رویا

عربی زبان میں خواب کیلئے دو لفظ ہیں ایک ''حلم'' جس کی جمع احلام ہے۔ اس کے معنی ''خواب وخیال'' ہیں۔ یعنی محض وہم وتخیل' دوسرا لفظ ''رویا'' ہے۔ رویا اس خواب کو کہتے ہیں جس میں حقیقت بینی اور رمز شناسی ہو۔ ان دونوں لفظوں میں ایک فرق یہ ہے کہ پہلے یعنی حلم میں وسوسہ شیطانی کا دخل ہوتا ہے اور دوسرا یعنی رویا اس سے پاک ہے۔ یہ فرق سورۃ یوسف کی آیتوں میں صاف صاف بیان کیا گیا ہے۔ عزیز مصر نے خواب دیکھا' اپنے درباریوں سے اس کی تعبیر پوچھی۔ اہل دربار کہتے ہیں کہ یہ محض خواب وخیال اور وہم ہے۔

''اے درباریو! میرے اس خواب کے بارے میں مجھے رائے دو اگر خواب کی تم تعبیر بیان کر سکتے ہو۔ انہوں نے کہا یہ تو محض اوہام وخیالات کا مجموعہ ہے۔ ان اوہام اور خیالات کی تعبیر ہم سے ممکن نہیں''۔ (سورۃ یوسف آیت نمبر 6)

یہاں اوہام کے لئے ''احلام'' کا لفظ دو بار استعمال کیا گیا ہے۔

عالم رویا کے مشاہدات

گویا عالم رویا کا نظارہ ہر اس ہستی کو کبھی کبھی پیش آتا ہے جو روح سے وابستہ ہے اور جس میں کالے' گورے' مومن وکافر' شقی وسعید اور نیک وبد کی کوئی تمیز نہیں لیکن جس طرح ایک نہایت نازک اور باریک یا کسی دور سے آنے والی چیز کو بہت سی آنکھیں دیکھ سکتی ہیں اور دیکھتی ہیں لیکن اس میں حقیقت اور صحت اسی رویت کی ہوتی ہے جس کی بینائی تیز' آلات باصرہ صحیح اور فہم واستنباط کی قوت لطیف ہوتی ہے۔ اسی طرح عالم رویا کے مشاہدات کی حقیقی اور صحیح رویت بھی ان ہی کیلئے ہے جن کی روح ودل کی بینائی تیز اور بصیرت کی آنکھیں روشن اور ادراک وعرفان کے حواس لطیف ہوں اور جن کے نفس کے آئینہ میں صلاح وتقویٰ کا صیقل زیادہ ہو۔ قرآن فرماتا ہے'' جو یہاں اندھے' وہ وہاں بھی اندھے ہی ہوں گے''۔

تمام مذاہب میں خواب کی اہمیت

یہی وجہ ہے کہ دنیا کے تمام مذاہب اور ادیان نے رویا کو خاص اہمیت دی ہے۔ اسلام اور شارح اسلام صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے جس طرح دین کے اور شعبوں کی تکمیل کی ہے اس حقیقت کو نہایت واضح اور روشن کر دیا ہے۔ قرآن مجید کی سورہ یونس کی ساتویں آیت میں ہے۔

''جو ایمان لائے اور وہ متقی ہیں' ان کیلئے اس دنیا میں بھی بشارت ہے اور آخرت میں بھی۔ خدا کی باتوں میں تبدیلی نہیں۔ یہی بڑی کامیابی ہے''۔

جب یہ آیت نازل ہوئی تو صحابہ کرام رضی اللہ عنہم نے آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے دریافت کیا کہ یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم! اس دنیا میں بشارت کیا ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا' ''یہ رویائے صالحہ ہے جو ایک مسلم مرد دیکھتا ہے''۔

(ترمذی کتاب الرؤیا)

مبشرات کیا ہیں؟

آپ ﷺ نے مزید فرمایا' نبوت اور رسالت ختم ہو گئی لیکن صرف ایک چیز باقی رہ گئی ہے اور وہ مبشریات ہیں۔ صحابہ کرام رضی اللہ عنہم نے پوچھا کہ مبشرات کیا ہیں؟ تو فرمایا ''مسلمان کی رویائے صالحہ'' یہ نبوت کے اجزاء میں سے ایک جز ہے۔

☆ بخاری' مسلم اور ترمذی کی متعدد روایتوں میں مختلف صحابہ کرامؓ سے مروی ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا۔ ''مومن کی رویائے صالحہ نبوت کے چھیالیس حصوں میں سے ایک حصہ ہے''۔

اس سے زیادہ رویا کی کیا اہمیت ہو سکتی ہے کہ وہ نبوت کا ایک حصہ ہے۔ ایک اور حدیث مبارک میں آپ ﷺ نے فرمایا۔ ''رویا خدا کی طرف سے ہے اور حلم شیطان کی طرف سے ہے''۔

☆ صحیح مسلم اور جامع ترمذی میں درج ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے

فرمایا ''تم میں سے سب سے سچا خواب دیکھنے والا وہ ہے جو سب سے زیادہ سچ بولتا ہے''۔

درحقیقت انسان کا ظاہر اس کے باطن کا آئینہ ہوتا ہے۔ جس کی زبان سچ بولے گی' اس کی روح بھی یقیناً سچ دیکھے گی۔ رسالت مآب صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے مزید فرمایا۔

فرائید کا محدود نظریہ

۱: ایک رویائے صالحہ۔ یہ خدا کی طرف سے خوش خبری ہوتی ہے۔

۲: دوسرا غم پیدا کرنے والا خواب۔ یہ شیطان کی طرف سے ہوتا ہے۔

۳: تیسرا وہ خواب ہوتا ہے جو انسان کے اپنے دل کی باتیں اور خیالات ہوتے ہیں۔

آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی طرف سے خوابوں کی تقسیم سے ظاہر ہوتا ہے کہ علمائے نفسیات اور علمائے روح جس خواب اور رویا کی تشریح کرتے ہیں وہ اپنی اپنی حقیقت کی رو سے بالکل الگ ہیں۔ اس حدیث مبارکہ سے مزید واضح ہوتا ہے کہ فرائیڈ نے جن خوابوں کو اہمیت دی' وہ تیسری قسم ہے جو انسان کے اپنے دل و دماغ کے آئینہ دار ہوتے ہیں۔

آنکھیں سوتی ہیں......دل نہیں سوتا

درحقیقت عام انسانوں کی آنکھیں سوتی ہیں تو کم و بیش ان کے دل بھی سوتے ہیں لیکن انبیائے کرام علیہم السلام کی آنکھیں جب سوتی ہیں تو ان کے دل بیدار ہوتے ہیں۔ حضرت عائشہ صدیقہؓ سے روایت ہے کہ ایک دفعہ آپ ﷺ نے بڑی دیر تک نماز تہجد پڑھی لیکن وتر ابھی نہیں پڑھے تھے کہ لیٹ گئے۔ حضرت عائشہؓ نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ آپ بے وتر پڑھے سو رہے ہیں''۔ آپ ﷺ نے فرمایا ''اے عائشہؓ! میری آنکھیں سوتی ہیں لیکن میرا دل نہیں سوتا''۔

انبیاء کرام علیہم السلام کے خواب کا حکم

احادیث کی روشنی میں تمام علماء کا فیصلہ ہے کہ انبیائے کرام علیہم السلام کے رویا

اس قدر قطعی اور یقینی ہیں جس قدر آپ کے عام احکام وحی اور مخاطبات الٰہی ہیں۔

حضرت ابراہیم علیہ السلام نے اپنے بیٹے کی قربانی کے ضمن میں جو خواب دیکھا' اس کے حکم الٰہی ہونے میں بھلا کون شک کر سکتا ہے؟ چنانچہ خواب میں دیئے گئے حکم کی تعمیل کی جاتی رہی۔ ترمذی کے مطابق حضرت ابن عباسؓ کا قول ہے۔ ''انبیاء کا خواب بھی وحی ہوتا ہے''۔

کہنے کا مقصد یہ ہے کہ خواب سچے بھی ہوتے ہیں جنہیں ''رویائے صادقہ'' کہا جاتا ہے۔ عہد حاضر نے بھی خوابوں کی اہمیت کو تسلیم کیا ہے اور علم نفسیات میں ''خواب اور اس کی تعبیر'' کو بہت اہمیت دی جاتی ہے اور ان کے ذریعے بعض نفسیاتی امراض کا پتہ چلا کر ان کا علاج کیا جاتا ہے۔

راقم کو اعتراف ہے کہ وہ انتہائی ادنیٰ اور عاجز انسان ہے اور اسے کسی قسم کے زہد اور پارسائی کا دعویٰ نہیں بلکہ علامہ اقبال کی زبان میں یہ کہنا درست ہوگا۔

من نہ ملا نے فقیہہ نکتہ در — نے مرا از فقر و درویشی خبر
در رہ دیں تیز بین و سست کام — پختہ من خام و کارم ناتمام

یعنی ''میں نہ مولوی پاکباز ہوں اور نہ مجھے نکتہ وَر دانش مند فقیہ ہونے کا دعویٰ ہے۔ اسی طرح نہ مجھے فقر و تصوف یا درویشی سے کوئی تعلق ہے' دین کے معاملے میں تیز بین ضرور ہوں لیکن (عملی اعتبار سے) نہایت سست اور کاہل ہوں۔ حتیٰ کہ میری پختہ بات بھی نامکمل اور کچی ہے اور میرا کام نامکمل اور بے معنی ہے۔

ان اشعار میں علامہ نے جہاں نہایت عجز و انکسار سے کام لیا ہے وہاں دین کے معاملہ میں اپنے آپ کو ''تیز بین'' یا تیز نگاہ ضرور تسلیم کیا ہے لیکن راقم کو یہ دعویٰ بھی نہیں۔ اس امر میں بھی اپنی کمزوری اور بے خبری کا احساس دامن گیر ہے لیکن ان تمام کمزوریوں' خامیوں اور گناہوں کے باوجود بچپن ہی سے رسول پاک صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے ایک قلبی تعلق پیدا ہو گیا۔ یہ سب کچھ میرے والدین کی تربیت اور گھر کے

ماحول کا نتیجہ تھا۔ مزید براں اسلامی تاریخ اور سیرت طیبہ کے بارے میں بعض کتب کے مطالعہ نے دل میں پیدا ہونے والی اس معمولی سی چنگاری کو قدرے تیز کر دیا۔ راقم کو اعتراف ہے کہ ماحول کی آلائشوں میں بعض اوقات ملوث ہو جانے کے باوجود والدین کی روشن کی ہوئی یہ چنگاری بجھ نہ سکی بلکہ عمر کے ساتھ ساتھ تیز تر ہوتی چلی گئی۔ اپنی تمام تر ذاتی کوتاہیوں' خامیوں اور کمزوریوں کے باوجود یہ بھی شعلہ بن گئی اور کبھی درد بن کر سینے کی گہرائیوں میں دبی رہی۔ بقول ممتاز نعت نگار جناب حفیظ تائب

کبھی اشک بن کے رواں ہوئی   کبھی درد بن کے دبی رہی

یا پھر حکیم الامت علامہ اقبال کے درج ذیل اشعار راقم کی اس کیفیت کے آئینہ دار اور مصداق معلوم ہوتے ہیں۔

نامرا افتاد بر رویت نظر   از اب دام گشتہ محبوب تر
عشق درمن آتشے افروخت است   فرحتیں باداکہ جانم سوخت است
نالہ مانند نے سامان من   آں چراغ خانہ ویران من
آن غم پنہاں نگفتن مشکل است   بادہ درمینا نہفتن مشکل است

(جب میری نظر آپ ﷺ کے روئے مبارک پر پڑی' آپ ﷺ مجھے ماں باپ سے بھی زیادہ عزیز ہو گئے ہیں (اشارہ حدیث نبوی ﷺ کہ تم میں سے کوئی شخص اس وقت تک صاحب ایمان نہیں ہو سکتا جب تک کہ میں اس کے نزدیک اس کے والدین اولاد اور تمام انسانوں سے زیادہ محبوب تر نہ ہو جاؤں) آپ ﷺ کے عشق نے میرے اندر ایک آگ سی بھڑکا دی ہے۔ عشق کو فرصت مبارک ہو کیونکہ اب میری جان جل چکی ہے۔ بانسری کی مانند نالہ وفریاد اور گریہ وزاری میرا سامان ہے اور یہی میری خانہ ویران کا چراغ ہے۔ غم پنہاں کی بات نہ کرنا اسی طرح مشکل ہے جیسے شراب کو صراحی کے اندر چھپا کر رکھنا مشکل ہے۔ یا پھر

مدتے با لالہ رویاں باختم   عشق با مرغولہ مویاں باختم

بادہ ہا با ماہ سیمایاں زدم   بر چراغ عافیت داماں زدم
برقہا رقصید گرد حاصلم   رہزناں بردند کالائے دلم
ایں شراب از شیشہ جانم نریخت   ایں زر سارا ز دامانم نریخت
سالہا بودم گرفتار شکے   از دماخشک من لا ینفکے
حرفے از علم الیقین ناخواندۂ   درگماں آباد حکمت ماندۂ
ظلمتم از تاب حق بیگانہ بود   شامم از نور شفق بیگانہ بود

(ایک مدت تک میں نے حسینوں سے راہ رسم رکھی اور گھنگریالے بالوں والے محبوبوں سے عشق کرتا رہا۔ مہ رخوں کے ساتھ میں نے شراب کے جام لنڈھائے اور اطمینان وسکون کا چراغ بجھاتا رہا۔ میرے خرمن کے گرد بجلیاں رقص کرتی رہیں اور ان رہزنوں نے میرے دل کی دولت لوٹ لی مگر اسی ''تمنا کی شراب'' میری جان کے پیالے نہ نگل سکی۔ یہ زر خالص تھا جو میرے دامن میں محفوظ رہا۔ میری عقل آزر پیشہ نے زنار باندھا اور میری جان کی ولایت میں اس کا نقش بیٹھ گیا۔ میرے دماغ نے علم یقین کا حرف نہ پڑھا' وہ فلسفے کے گماں آباد ہی میں بھٹکتا رہا۔ میرے دماغ کی سیاہی حق کی روشنی سے ناآشنا تھی۔ میری شام نور شفق سے بیگانہ تھی مگر یہ تمنا میرے دل میں خوابیدہ رہی اور صدف میں موتی کی طرح پوشیدہ رہی۔

نعتیہ اشعار سے رقت قلب پیدا ہو جانا

1958ء کے موسم گرما کا ذکر ہے راقم اسلامیہ کالج لاہور میں سیکنڈ ایئر کا طالب علم تھا اور چھٹیوں کے سلسلہ میں لاہور سے اپنے گاؤں گیا ہوا تھا۔ عشاء کی نماز کی ادائیگی کے بعد روز کا معمول تھا کہ گاؤں کے کھیتوں کی جانب نکل جاتا اور ایک فرلانگ کے فاصلے پر بہنے والی نہر کے کنارے ٹہلتا رہتا۔ اس دوران میں درود شریف کا ورد' سعدی حالی اور علامہ اقبال کے نعتیہ اشعار زبان سے دہراتا رہتا جن کی وجہ سے رقت قلب

پیدا ہو جاتی ۔ آنکھیں بھر آتیں اور بڑھ کر گریہ وزاری کی صورت پیدا ہو جاتی ۔ گویا حضور پرنور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی یاد شدت سے تڑپانے لگتی ۔ ان سے ملنے کی خواہش شدید تر ہو جاتی اور اس طرح آنکھوں سے آنسوؤں کا ایک لامتناہی سلسلہ شروع ہو جاتا ۔ جب تھک کر چور ہو جاتا اور تاب وتوانائی جواب دے جاتی تو لڑکھڑاتا' گرتا پڑتا واپس گھر آ کر لیٹ جاتا ۔ نیند آنکھوں سے دور ہوتی' صاف شفاف آسمان پر نظریں' چاندنی رات میں دیکھتا رہتا ۔ قلب ونظر کسی کے متلاشی رہتے اور کسی کی جستجو میں سرگرم ۔ اس دوران ایک نئی عادت بن گئی ۔ راقم فضا میں رسالت مآب صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا اسم گرامی انگلیوں سے لکھتا رہتا ۔ کبھی عربی میں اور کبھی اردو میں اور بعض اوقات انگریزی میں ۔ آہستہ آہستہ اتنی مشق ہو گئی کہ مجھے یہ لفظ صاف صاف نظر آتے اور اس طرح لکھتے لکھتے عالم تصور میں آسمان بھر جاتا ۔ اسی اثنا میں والد گرامی کی جھڑکیاں بھی سنتا جو نہ سونے پر ڈانٹتے اور فرماتے کہ دیر تک نہ سونے کی وجہ سے صبح بیدار نہیں ہوتا ۔ صبح کی بیداری کا یہ عالم تھا کہ والد ماجد ایک دو آوازیں دیتے' میں ہوں ہاں کر کے لیٹا رہتا' تیسری آواز پر وہ ایک آدھ چپت بھی رسید کر دیتے جس پر بادل نخواستہ جاگنا پڑتا اور صبح کی نماز جا کر مسجد میں ادا کرتا ۔ اس کے بعد سارا دن زندگی کی ہماہمی' گھر کے کام کاج اور کچھ تعلیمی کام میں گزر جاتا ۔ والدین کا اکلوتا بیٹا ہونے کی وجہ سے گھر کا سودا سلف لانا اور لکڑیاں جمع کرنا راقم کی ذمہ داری تھی جو بعض اوقات میلوں دور قصبے یا شہر (چونیاں) سے لانا پڑتا ۔ ان گھریلو مصروفیات کے باوجود میں اپنی عجیب وغریب عادت کے مطابق ہواؤں میں اسم رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے دیدار سے لطف اندوز ہوتا رہتا ۔ ایک شب میں نے دیکھا کہ کسی طویل سفر پر رواں دواں ہوں ۔ نہ کوئی سنگی ہے اور نہ کوئی ساتھی ۔ نہ زادراہ نہ کوئی سامان سفر ۔ غم زدہ ودل گرفتہ' دل شکستہ و پریشان حال گرتا پڑتا چلا جا رہا ہوں ۔ نہ کوئی رہنما اور نہ منزل کا پتہ' ہر بات سے بے خبر دوڑ رہا ہوں ۔ جہاں کہیں ذرا رکتا تو غیر محسوس لیکن خاموش

آواز چلنے پر مجبور کر دیتی ۔ کوئی طاقت تھی جو مہمیز لگا دیتی اور آگے بڑھنے اور چلتے رہنے پر مجبور کرتی ۔ یہ سفر کوئی آسان سفر نہ تھا کیونکہ یہ کسی جرنیلی سڑک یا موٹروے پر نہ تھا بلکہ راستہ سخت دشوار' سنگلاخ اور پرخار تھا ۔ راستے میں جنگل بھی آ جاتے جہاں خوف و خطر دامن گیر ہو جاتے' کانٹے دار جھاڑیوں میں دامن الجھ جاتا' پاؤں گویا آبلہ پا ہوئے لیکن سفر جاری رہا ۔ جنگلوں میں شیر بھی سامنے آئے' خوفناک بھیڑیئے' خطرناک درندے بھی' راقم بار ہا کانپ اٹھا ۔ یہی خوف دامن گیر تھا کہ درندوں کا خالی ہاتھ کیسے مقابلہ کروں گا ناتجربہ کاری بھی حاوی تھی کہ ایسے میں غیر مرئی قوت فضا میں اڑنے پر مجبور کرنے لگی اور میں ہوا میں پرواز کرنے لگا ۔ یہ خوفناک منظر اور خطرناک درندے نیچے رہ گئے میں نے دل میں بے پناہ خوشی محسوس کی کہ ان بلاؤں سے بچ گیا لیکن جب یہ احساس دامن گیر ہوا کہ اب نیچے کیسے اترنا ہو گا' ایک بار پھر خوف میں مبتلا ہو گیا ۔ چیخنا چاہا لیکن چیخ نہ نکل سکی ۔ ایسے عالم میں ایک بار پھر کوئی غیر محسوس اور ان دیکھی قوت رہنمائی کرنے لگی ۔ میں زمین پر اتر آیا اور سفر کا دوبارہ آغاز کر دیا ۔ کہیں نا پختہ پگڈنڈیاں کہیں بے آب وگیا چٹیل میدان' نہ کوئی سڑک نہ شاہراہ بس چلتا گیا اور بھاگتا رہا ۔ یکا یک میدان ختم ہو گیا تو پھر وہی خوفناک جنگل ۔ پھر وہی خوف اور ڈر مسلط ہو گیا ۔ شیر اور درندے دھاڑتے استقبال کرنے لگے کہیں سانپ اور دیگر جانور پاؤں کے قریب ہی پھنکارتے دکھائی دیتے لیکن میں ان سے بچ نکلا ۔ میدان اور جنگل' دریا اور پہاڑ بھی راہ میں حائل نظر آئے' ناقابل عبور اور دشوار گزار ۔ یہاں پہنچ کر بھی وہی ان دیکھی طاقت رہنمائی کر رہی تھی ۔ اس تجربے سے میں بار بار گزرا ۔ میرا خوف شدت اختیار کر جاتا تو مجھے ''پر'' مل جاتے اور میں فضا میں اڑنے لگتا ۔ اس طرح زمین کے خطرات سے دور ہو جاتا ۔

دیو قامت مخلوق سے پالا

خوفناک بلائیں' چڑیلیں اور دیو قامت مخلوق سے پالا پڑا یوں لگتا کہ وہ مجھے ابھی

ہڑپ کر جائیں گی اور میرا نام ونشان بھی نہ ملے گا لیکن ایسے عالم میں' میں درود پاک پڑھنے لگتا' آنکھیں بند کر لیتا اور بلائیں بھاگ جاتیں۔ آنکھیں کھولتا تو سامنے کچھ نہ ہوتا پھر چلنے اور دوڑنے لگتا۔ تھکا ماندہ' زخموں سے چور بھاگتا رہتا۔

غرض کہ جس طرح یہ سفر دشوار گزار اور مشکل تھا اس طرح آج اس کا بیان بھی رونگٹے کھڑے کر دیتا ہے۔ زخم تازہ ہو جاتے اور خوف دامن گیر ہو جاتا ہے۔

مشکلات میں رہنما قوت کا اہمیت بڑھانا

تمام مشکلات' رکاوٹوں' دشواریوں اور مصائب کے باوجود میں چلتا رہا۔ بسا اوقات ہمت جواب دے جاتی' طاقت رخصت ہو جاتی اور میں نڈھال ہو کر گرنے لگتا کہ پھر وہی رہنما قوت اہمیت بڑھاتی' راہ میں حائل مشکلات دور کرتی اور میں چلنے لگتا۔ آخر کار مایوس ہو کر میں ایک جگہ رک گیا گویا یہ میری ہمت کی آخری حد تھی۔ اچانک سامنے ایک عام سا شخص آتا دکھائی دیا جس نے بڑی رسان سے کہا ''سعید بدر! تمہارا انتظار کیا جا رہا ہے اور تم یہاں کھڑے ہو'' یہ جملہ سنتے ہی مجھے اُمید لگ گئی۔ جسم ناتواں میں پھر قوت آئی اور میں بھاگنے لگا۔ پھر وہی سر کا لامتناہی سلسلہ پھر وہی خوفناک جنگل' پھر وہی خطرناک پہاڑ اور ناقابل عبور دریا و سمندر۔ وہی درندے اور بلائیں راہ میں آتی گئیں لیکن وہی غیبی طاقت میری مدد کرتی رہی۔

آخر کار ایک مقام پر آ کر میرے قدم آہستہ ہوئے، وہ ایک باغ تھا۔ نہ بہت زیادہ خوبصورت اور نہ بدصورت' درخت نہ زیادہ بلند و بالا اور نہ بہت چھوٹے اس باغ میں میں بغیر سوچے سمجھے چلنے لگا، پیڑ کھجور کے درختوں سے ملتے جلتے تھے۔ کہیں کہیں مکان بھی دکھائی دیتے تھے جنہیں دیکھ کر اجنبیت کا تصور دل پر محیط ہو جاتا کہ کوئی اجنبی سمجھ کر چور خیال کر کے پکڑ ہی نہ لے۔ اس خیال کے آتے ہی میں ادھر ادھر دیکھنے لگا۔ چلتے چلتے ایک چوک سامنے آیا۔ میں رک گیا اور سوچنے لگا کہ اب کدھر جاؤں؟ کس سے پوچھوں؟ آخر خیال نے رہنمائی کی کہ دائیں جانب چلنا یا مڑنا اچھا ہوتا ہے سو میں دائیں جانب مڑ گیا۔

جاہ وجلال کی حامل شخصیت

پتھر کے بنے ہوئے' مٹی کے گارے سے چنے ہوئے مکانات دائیں بائیں نظر آئے۔ سادہ سے مکانات تھے' نہ کوئی عالیشان محل نہ کوئی بلند و بالا فلک سیر عمارت۔ اتنے میں ایک ایسا مکان نظر آیا جس کا کھڑکی نما چھوٹا دروازہ کھلا تھا جہاں نہایت جاہ وجلال کی حامل شخصیت لیکن دلکش خوبصورت' جس کی پیشانی سے نور کے چشمے پھوٹ رہے تھے۔ مجھے یوں لگا جیسے آسمان نیچے جھک رہا ہے۔ دل نے کہا بلکہ گواہی دی کہ ''سعید یہی وہ منزل ہے' یہی وہ مقصود ہے تو جس کی تلاش میں تھا۔ نگاہ ایک بار اٹھی اور پھر اٹھ کر رہ گئی۔ میں ادھر تیزی سے بھاگا قریب جا کر اس پرنور ہستی کے پاؤں میں گرنے کی بھرپور کوشش کی' دہلیز خاصی بلند تھی اندر مشکل سے داخل ہوا لیکن اس عظیم الشان نورانی شخصیت نے مجھے گرنے سے پہلے دونوں بازوؤں کی قوت سے تھام لیا۔ میرا سر ان کے سینے پر اور ان کے بازو راقم کے کندھوں کے گرد حمائل تھے۔ میں بے اختیار رو رہا تھا۔ اور وہ کچھ فرما رہے تھے۔ بڑی پیاری محبت بھری باتیں' شہد و عسل سے معمور باتیں لیکن راقم کو اپنا کچھ ہوش نہ تھا اور بقول اقبال

عین وصال میں مجھے حوصلہ نظر نہ تھا — گرچہ بہانہ جو رہی میری نگاہ بے ادب

دنیاداری نے کیفیات سے دور کر دیا

صبح بیدار ہوا تو طبیعت میں عجب سکون اور اطمینان تھا، خواب کچھ یاد آیا کچھ بھول گیا۔ باتیں ساری بھول گیا البتہ یہ جملہ یاد رہا کہ ''سعید! تم کیوں روتے رہتے ہو اللہ تو ہر وقت تمہارے ساتھ ہے۔'' بس پھر کیا تھا کئی برس بعد یہ کیفیت بھی ختم ہوگئی۔ آخر یہ خیال کہ کہیں چاہنے والوں کی فہرست سے نام تو نہیں کٹ گیا کیونکہ راقم دنیاداری میں ملوث ہو چکا تھا اور ارشاد مبارک ہے کہ الدنیا جیفتہ و طالبھا کلاب ''دنیا مردار ہے اور اس کے چاہنے والے کتے ہیں'' لیکن 1980ء میں والد صاحب اچانک وفات پا گئے جس کا شدید صدمہ ہوا ان کی سخت گیری کے باوجود ان کا جانا شدت کے

ساتھ محسوس ہوا اور تنہائی کا احساس بڑھ گیا اور اس کے ساتھ ہی اگلے سال 1981ء میں واپڈا کی ملازمت چھن گئی۔ اس اثناء میں شریک حیات سے علیحدگی ہو گئی۔ ان تمام واقعات نے شدید اثر کیا اور جنوری 1982ء میں راقم نے نعت لکھنے کی رب عالم سے استدعا کی جو منظور ہوئی اور پہلی نعت کہی حالانکہ نہ شاعر تھا اور نہ اس کے لوازمات پر عبور حتیٰ کہ ابتدائی ضرورت' اوزان اور بحروں سے واقفیت تک نہ تھی۔ اپنی نعت میں شعریت کا دعویٰ نہیں۔ شاید یہ تک بندی سے بڑھ کر نہیں تاہم یہ ٹوٹے پھوٹے اشعار جب بھی کہے گئے بربط دل کے تار چھڑ گئے اور آنکھیں اشکوں سے وضو کرتی رہیں اور پھر یہ حالت ہو گئی کہ ۔

عبادت چشم شاعر کی ہے ہردم باوضو رہنا

حج بیت اللہ کا خواب حقیقت بن گیا

یہ خواب دیکھے عرصہ بیت گیا، خدا نے حج کی سعادت سے نوازا، مکہ کی گلیوں میں بصد احترام گھوم رہا تھا کہ خوشگوار حیرت کا سامنا ہوا۔ خواب میں دیکھی ہوئی وہی دہلیز جہاں لڑکھڑا کر گرنے والے گنہگار کو پرنور ہستی نے تھام لیا تھا' میری آنکھوں کے سامنے تھی۔ وہی درودیوار جو میرے دل میں نقش ہو چکے تھے۔ یہ وہ مقدس مکان تھا جہاں کائنات کی عظیم ترین ہستی تشریف لائے تھے۔ خواب میں دیکھا ہوا باغ موجود نہیں تھا مگر تحقیق کرنے پر معلوم ہوا کہ ان بلند و بالا عمارات کی جگہ ایک باغ ہوا کرتا تھا۔ اس باغ کی تفصیل سے میں بخوبی واقف تھا گویا میرا خواب رویائے صادقہ میں سے تھا اس کے متعلق یہ گنہگار یہی کہہ سکتا ہے کہ ۔

"ایں سعادت بزور بازو نیست..."

☆......☆......☆

خواب دیکھنا آپ کیلئے کیوں ضروری ہے؟

خواب زندگی میں اہم کردار کرتے ہیں

جدید تحقیقات سے یہ ظاہر ہوا ہے کہ خواب رات دن ہماری زندگی میں ایک اہم کردار ادا کرتے رہتے ہیں۔ سقراط نے خوابوں کے بارے میں کہا تھا کہ یہ ہمارے ضمیر کے نمائندے ہیں۔ والیٹر نے انہیں ناسازی' مزاج کی بے تکی پیداوار کہہ کر نظر انداز کر دیا تھا۔ فرائڈ نے انہیں لاشعور کی شاہراہ قرار دیا تھا۔

خواب دلچسپی کا مستقل ذریعہ

بہرحال خوابوں کے بارے میں لوگ جو چاہے محسوس کرتے رہیں پھر بھی یہ دلچسپی کا ایک مستقل ذریعہ ہیں۔ حال ہی میں خوابوں کو بہت سی کتابوں کا موضوع بھی بنایا گیا ہے اور اسی سلسلے میں بہت سی معالجاتی انجمنیں بھی قائم کی گئی ہیں۔ آج دنیا بھر میں یہ تحقیقات جاری ہیں کہ سونے کا پچیس فی صد وقت جو خواب دیکھنے میں صرف ہوتا ہے' اس کا ہمارے حافظے اور جذبات اور جسمانی کیفیت سے کیا تعلق ہوتا ہے۔ گو ابھی اس کے بارے میں محققین متفق الرائے نہیں ہو سکے ہیں۔ پھر بھی خوابوں کے بارے میں ایک عام نظریئے کا سرسری خاکہ واضح ہونا معلوم ہوتا ہے۔ بالکل سیدھے سادے الفاظ میں یوں سمجھ لیجئے کہ اس نظریئے کے تحت انسان کو معلومات مرتب کرنے والے کی حیثیت سے دیکھا گیا ہے اور اس کام کیلئے اس کے پاس دو طریقے بتائے گئے ہیں تاکہ وہ اس انتہائی پیچیدہ دنیا سے نمٹ سکے۔

معلومات مرتب کرنے کے دو طریقے

پہلے طریقے کا تعلق دماغ کے بائیں حصے سے ہوتا ہے جسے ہم جاگتے وقت استعمال کرتے ہیں۔ چنانچہ یہ نہایت مؤثر انداز میں واقعات کی بھرمار سے نمٹتا رہتا ہے۔ کسی

واقعہ کو معقول قرار دیتا ہے اور کسی کو غیر متعلق قرار دے کر مسترد کر دیتا ہے۔ دوسرے طریقے کا تعلق دماغ کے دائیں حصے سے ہوتا ہے جو خارجی واقعات کے بجائے احساسات سے سروکار رکھتا ہے اور یہی خواب سے متعلق معلوم رہتا ہے۔ بھٹکے بھٹکائے احساسات اور بے تکے جذبات جو دماغ پر اثر انداز ہوتے ہیں مگر جن کی نہ تو دن میں شناخت ہوتی ہے اور نہ ان کا جائزہ لیا جاتا ہے انہیں سونے میں نمٹایا جاتا ہے تاکہ یہ معلوم کیا جائے کہ وہ ہمارے انتہائی اندرونی اور ذاتی تصورات سے کتنا ہم آہنگ ہوتے ہیں۔

امریکہ کی ماہر نفسیات کی رائے

الینائے یونیورسٹی امریکہ کی ماہر نفسیات وزیڈ کارٹرائٹ کا کہنا ہے کہ راتوں کو معلومات اسی طرح سے باقاعدہ مرتب ہوتی رہتی ہیں اس میں ذاتی باتیں زیادہ ہوتی ہیں۔ چنانچہ رات کو یہ نئی معلومات اپنی پرانی ذات سے ہم آہنگ کی جاتی ہیں اور ان سب کو یکجا کیا جاتا ہے تاکہ ہم آنے والے دن کا مقابلہ کر سکیں۔

غنودگی کے وقت ہوشیاری کا تصور محض وہم

زندگی بھر ہر رات کو سوتے میں خواب کئی بار دکھائی دیتے ہیں یہ ایک ایسی صفت ہے جو انسان اور کتے، بلی اور دیگر جانوروں میں مشترکہ طور پر پائی جاتی ہے۔ علاوہ ازیں وہ مکمل غفلت جسے ہم پرسکون نیند کے ساتھ منسلک کرتے ہیں شاذ و نادر ہی ہوتی ہے۔ رات کو جب ہم سوتے ہیں تو اس وقت شدید جسمانی اور ذہنی سرگرمی جاری رہتی ہے۔ غنودگی طاری ہوتے وقت جس ہلکی سی ہوشیاری کا تصور کیا جاتا ہے وہ بھی محض ایک وہم ہے۔ تجربہ کرنے والوں نے لوگوں کی آنکھوں پر پٹیاں چپکا دیں تاکہ وہ کھلی رہیں۔ ایک منٹ قبل یہ لوگ جاگ رہے تھے اور دوسرے ہی منٹ آنکھیں کھلی ہونے کے باوجود عملی طور پر نابینا ہو گئے اگر ان کی آنکھوں پر تیز روشنی بھی ڈالی گئی تب بھی اس کا کوئی ردعمل نہیں ہوا۔

نیند کے چار مرحلے

سونے کے تقریباً دس منٹ بعد سونے والے عام طور پر اگلے نصف گھنٹے میں نیند کے چار مرحلوں سے گزرتے ہیں۔ ان میں سے ہر مرحلہ اپنی ذہنی لہر کی خصوصیت کی وجہ سے علیحدہ ہوتا ہے۔ سونے والوں کو بیدار کرنا بڑا دشوار ہوتا ہے۔ چوتھے مرحلے کے اختتام پر ہلکی نیند کا دور شروع ہوتا ہے یہ دس سے لے کر بیس منٹ تک رہتا ہے۔ اسی ''بیداری'' کے دور میں خوفناک خواب دکھائی دیتے ہیں۔ لوگ سوتے میں چلنے لگتے ہیں اور باتیں کرنے لگتے ہیں۔ اسی دور میں بستر بھی خراب ہو جاتا ہے۔

واضح خواب

لیکن ہلکی نیند سے بیدار ہونے کے بجائے ہم اس دور میں داخل ہو جاتے ہیں جسے محققین آنکھوں کی تیز حرکات کا دور کہتے ہیں یا جسے انگریزی میں (Rapid Eye Movement) کہا جاتا ہے اس دور میں بڑے واضح خواب دکھائی دیتے ہیں۔ سونے والے کی کروٹیں اور سانس کی رفتار بے قاعدہ ہو جاتی ہے بلکہ بعض اوقات تو چند سیکنڈ کے لئے رک بھی جاتی ہے۔ دماغ کا درجہ حرارت اور دوران خون بڑھ جاتا ہے۔ اور سونے والے کا جسم بالکل کپڑے کی گڑیا کی طرح ڈھیلا پڑ جاتا ہے۔ بازوؤں ٹانگوں اور دھڑ کے بڑے بڑے عضلات مفلوج ہو جاتے ہیں۔ مشاہدہ کرنے والے کو صرف ہاتھوں اور چہرے پر ہلکی سی جنبش دکھائی دیتی ہے۔ آنکھوں کی پتلیاں اچانک اوپر نیچے ہونے لگتی ہیں۔ اگر پپوٹوں کو آہستہ سے اوپر اٹھایا جاتا ہے تو ایسا معلوم ہوتا ہے کہ جیسے سونے والا کسی چیز کو دیکھ رہا ہے۔ اسی کے ساتھ ساتھ اس کے کانوں کے درمیانی عضلات سکڑنے لگتے ہیں گویا کہ وہ کسی قسم کی آوازوں کو سن رہا ہو۔

حقیقت پسندانہ خیالات سے متعلق خواب

اگر اس دور کے بعد جگا دیا جاتا ہے تو قریب قریب تمام سونے والے ایسے خواب بتاتے ہیں جو ان کے حقیقت پسندانہ خیالات سے بالکل مختلف ہوتے ہیں۔ مثال کے

طور پر یہ کہنے کے بجائے کہ ''میں اس اتوار کو پیرا کی کیلئے جانا چاہتا ہوں۔'' وہ کہتے ہیں کہ ''افوہ! میں تو ایک بڑے سے گلابی پتھر کے نالے میں تیر رہا تھا اور پانی سبز تھا۔

دس منٹ بعد آنکھوں کی تیز حرکات ختم ہوجاتی ہیں اور سونے والا رفتہ رفتہ دوبارہ نیند کے ان ادوار میں مبتلا ہوجاتا ہے جن میں آنکھوں کی حرکات تیز نہیں ہوتیں۔

دماغی کارروائیاں

رات کو تقریباً ڈیڑھ ڈیڑھ گھنٹے کے وقفے سے سونے والا چار سے چھ بار تک اس دور میں داخل ہوتا ہے جس میں آنکھوں کی حرکات تیز ہوتی ہیں۔ ہر دور پہلے دور سے زیادہ طویل ہوتا رہتا ہے۔ یہاں تک کہ چوتھے یا پانچویں دور میں ایک گھنٹہ لگ جاتا ہے۔ نوے منٹ کی یہ باقاعدہ حرکت انسانی زندگی کی ایک بنیادی جنبش معلوم ہوتی ہے۔ جسم کی سو سے بھی زیادہ کارروائیاں ایک ایسی گردش کے مطابق ہوتی رہتی ہیں جو ہر نوے منٹ کے بعد ہوتی رہتی ہیں۔ اس میں پیٹ کے انقباض سے لے کر ہارمون کا اخراج تک شامل ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ بہت سی دماغی کارروائیاں بھی شامل ہوتی ہیں۔

خیالی تصویروں اور آوازوں کا طوفان

ایک ماہر نفسیات پال بکان کا کہنا ہے کہ ہر رات کو خواب کے دوران دماغ کا دایاں حصہ جو غیر منطقی' جذباتی اور انتہائی بصری ہوتا ہے وہ دماغ کے معقول بائیں حصے کے اثرات سے بالکل آزاد ہوجاتا ہے۔ اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ خیالی تصویروں' آوازوں اور احساسات کا ایک طوفان اٹھ کھڑا ہوتا ہے جسے خواب کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔ خواب کی ندی میں رنگ برنگی خیالی تصویریں ایک دوسرے سے ٹکراتی رہتی ہیں (تمام خواب رنگین ہوتے ہیں) اس دوران تمام منطقی قوانین کو اکثر نہایت بے پروائی سے نظر انداز کردیا جاتا ہے۔ چنانچہ اس انوکھی دنیا میں صنوبر کے اونچے اونچے درخت ریفریجریٹر کے پیندے میں اگ آتے ہیں اور بلی کے خوفزدہ بچے دس

دس فٹ کے دیو بن جاتے ہیں۔ خوف بھی بے حد محسوس ہوتا ہے اور خوشی بھی بے انتہا ہوتی ہے۔ اور یہ سب باتیں ہونے والے واقعات سے بظاہر کوئی تعلق نہیں رکھتیں۔

خواب ہر شخص کی ضرورت

ایسا معلوم ہوتا ہے کہ خواب دیکھنے کی ضرورت ہر شخص کو ہوتی ہے عمر جتنی کم ہوتی ہے اتنی ہی خواب کی ضرورت زیادہ معلوم ہوتی ہے۔ بچے جتنی دیر سوتے ہیں اس میں ان کا تقریباً آدھا وقت اس کیفیت میں گزرتا ہے جسے آنکھوں کی تیز حرکات کا دور کہا جاتا ہے۔

خوابوں سے محروم افراد میں لطیف تبدیلیاں

محققین نے ایسی دواؤں کو استعمال کروا کے جن سے آنکھوں کی تیز حرکات والی نیند غائب ہوجاتی ہے یہ دکھایا ہے کہ جو لوگ خوابوں سے محروم رہتے ہیں ان کی شخصیت میں نہایت لطیف تبدیلیاں ہوجاتی ہیں۔ وہ ضرورت سے زیادہ پریشان رہنے لگتے ہیں اور اکثر اوقات وہ کسی معاملے پر غور کرنے کے لائق بھی نہیں رہتے۔ ایک اسی طرح کا شخص جس نے کئی روز سے خواب نہیں دیکھا تھا مختلف اقسام کے اوہام میں مبتلا ہوگیا۔ ایک دوسرے آدمی نے ہوٹلوں کا بل ادا کرتے وقت دھوکا دینا شروع کردیا اور پھر جب یہی لوگ آنکھوں کی تیز حرکات والے دور سے محروم نہیں رہے تو پھر انہوں نے خوب دل کے خواب دیکھنا شروع کردیئے۔ اکثر اوقات آنکھوں کی تیز حرکات والے ادوار بار بار درپیش ہوتے رہے اور دیر تک قائم رہے۔ بعض اوقات تو رات بھر کی نیند اسی کیفیت میں گزر گئی۔

زیادہ خواب دیکھنا اچھا نہیں

ان تمام باتوں کے باوجود بہت زیادہ خواب دیکھنا بھی اچھا نہیں۔ اسی طرح سے خوابوں کا بہت کم دیکھنا بھی خراب ہے۔ تعطیل کے دن جب آپ دیر تک سوتے رہیں تو جاگنے کے بعد آپ کو تھکن محسوس ہوتی ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ آپ جتنی دیر تک سوتے

رہیں گے اتنی ہی دیر تک خواب بھی دیکھتے رہیں گے۔ الکحل باربیچوریٹس، ایمفی ٹامنس (Amphitamines) اور دیگر مسکن ادویات سے کنارہ کشی اختیار کرنے کا ایک نہایت خراب ضمنی اثر یہ ہوتا ہے کہ رات کو بڑے بھیانک بھیانک خواب دکھائی دینے لگتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ یہ ادویہ خوابوں کو کم کر دیتی ہیں۔

خواب مسائل سے نمٹنے میں رہنما

سوال یہ ہے کہ ہم خواب کیوں دیکھتے ہیں؟ بظاہر اس کارروائی سے ہمیں اپنے مسائل سے نمٹنے میں مدد ملتی ہے۔ جن لوگوں کو کسی مشکل سے دوچار ہونا پڑتا ہے مثلاً کسی کو ملازمت کے لئے کہیں پیش ہونا ہے یا کوئی نیا ہنر سیکھنا ہے تو اس طرح کے لوگوں میں یہ دیکھا گیا ہے کہ ان کی اس نیند کا وقت بڑھ جاتا ہے جس میں آنکھوں کی حرکات تیز ہوتی ہیں۔

خواب دیکھنے والا دماغ...... مشکلوں کا حل

سالہا سال سے خوابوں کی تحقیقات کرنے والے اس بات پر حیران ہوتے چلے آئے ہیں کہ خواب دیکھنے والا دماغ کس طرح سے مشکلوں کا حل دریافت کر لیتا ہے۔ البرٹ آئن سٹائن مشہور موسیقار موزارٹ اور ناول نویس ایڈگر املین پو ان بیسیوں تخلیقی کام کرنے والوں میں سے ہیں جو باقاعدگی سے خوابوں کے ذریعے نئی نئی باتیں معلوم کرتے رہے ہیں۔ جرمن سائنس دان فریڈرک کیکول (Friedrich Kekule) کئی برس تک بنزین (Benzene) کے سالمہ (Molecule) کی شکل دریافت کرنے کی کوشش کرتا رہا مگر اسے کامیابی نہ ہوئی۔ آخر کار ایک رات اس نے خواب میں دیکھا کہ ایک سانپ دائرے کی شکل میں اپنے جسم کو مروڑ رہا ہے۔ چنانچہ جب وہ بیدار ہوا تو اس کی سمجھ میں آ گیا کہ سانپ جو شکل بنا رہا تھا وہ شش پہلو تھی۔ یعنی اس کے چھ کونے تھے۔ لہٰذا اس نے سالمہ کی شکل کو شش پہلو سمجھ لیا۔ نامیاتی کیمیا کی تاریخ میں اس پیش گوئی کو انتہائی شاندار سمجھا جاتا ہے۔

عموماً خواب ماضی سے تعلق رکھتے ہیں

بیشتر خواب ایک معیاری اور انتہائی مرتب سلسلے کے مطابق ہوتے ہیں۔ پہلا اور سب سے مختصر خواب عام طور پر حالیہ واقعات کے بارے میں ہوتا ہے یعنی یہ گویا ایک طرح کا آغاز ہوتا ہے۔ سونے سے قبل جو مسئلہ ہمارے ذہن میں ہوتا ہے یہ اسی کے متعلق ہوتا ہے اور آنے والے خوابوں کیلئے ایک بنیادی موضوع فراہم کرتا ہے۔ اس کے بعد کے دو خواب عموماً ماضی سے تعلق رکھتے ہیں حالانکہ ان میں جو احساسات ہوتے ہیں وہ زمانہ حال کے احساسات پر مشتمل ہوتے ہیں۔ چوتھا خواب اکثر مستقبل کے ماحول میں ہوتا ہے اور اس کا تعلق کسی نہ کسی تمنا یا آرزو سے ہوتا ہے (مثلاً اگر مجھے یہ مسئلہ درپیش نہ ہوتا تو کیا ہوتا؟) پانچواں اور بیشتر لوگوں کیلئے رات کو آخری خواب پچھلے تمام خوابوں کے مواد سے تیار ہوتا ہے۔ اس طرح یہ گویا زمانہ حال میں ایک شاندار اختتامیہ ہوتا ہے۔

اکثر خواب جاگنے کے بعد یاد نہیں رہتے

اگرچہ خواب عام طور سے جاگنے کے چند منٹ بعد یاد نہیں رہتے پھر بھی بہت سے خواب یاد رہ جاتے ہیں۔ اگر پورے خواب یاد نہیں رہتے تو کم از کم کسی نہ کسی سطح پر ضرور یاد رہ جاتے ہیں۔ سنسناٹی امریکہ کے ڈاکٹر ملٹن کریمر نے یہ دریافت کیا ہے کہ ان کے مریضوں نے رات کو جس طرح کے خواب دیکھے اسی کے مطابق دن کو ان کی مزاجی کیفیت رہی حالانکہ بسا اوقات خوابوں کی تفصیلات ان لوگوں کو یاد نہیں رہیں۔ علاوہ ازیں جن لوگوں کو شدید مشکلات درپیش ہوتی ہیں، وہ بڑی ہلکی نیند سوتے ہیں اور اکثر آنکھوں کی تیز حرکات کے ادوار کے بعد جاگ پڑتے ہیں۔ اس طرح سے انہیں خواب زیادہ یاد رہتے ہیں۔ ایک محقق کا کہنا ہے کہ آپ جب بہت پریشان ہوتے ہیں تو آپ کو پچھلی باتیں خوب یاد آ جاتی ہیں۔ لہٰذا اگر آپ فکر مند اور پریشان ہوں تو

خواب آور گولیاں کھانے کے بجائے یوں ہی سو جایئے اور خواب دیکھئے۔

خوابوں کے بارے میں جو لوگ تحقیقات کر رہے ہیں وہ جرمن سائنسدان فریڈرک کیکول کی اس بات کو اکثر دہراتے رہتے ہیں جو اس نے بنزین کی شکل کے بارے میں اپنے شکی سامعین سے کہی تھی۔

''حضرات۔ آیئے ہم سب خواب دیکھنا سیکھیں شاید اس کے ذریعہ ہم حقیقت کو دریافت کر سکیں''۔

☆......☆......☆

خواب۔۔۔ مستقبل کی پرچھائیں

ٹین ساز کو خواب میں پیغام

انگلستان میں نارفوک کے قریب قصبہ سوفیم ہے۔ تقریباً دو سو سال قبل یہاں کے رہنے والے ایک ٹین ساز نے خواب میں دیکھا کوئی شخص اس سے کہہ رہا ہے فوراً لندن جاؤ۔ دریا کے پل پر تمہیں ایک شخص ملے گا جو تمہارے مستقبل کے متعلق ایک اہم بات تمہیں بتائے گا۔ صبح اٹھ کر ٹین ساز نے اپنا خواب بیوی کو سنایا، بیوی نے بات مذاق میں اڑا دی۔ دوسرے روز ٹین ساز نے پھر یہی خواب دیکھا اور جب تیسرے روز بھی یہی بات خواب میں دیکھی تو اس نے لندن جانے کا مصمم ارادہ کر لیا۔ اس کی بیوی اور ہمسائے اس کا مذاق اڑاتے رہے' لیکن وہ سفر پر روانہ ہو گیا۔ نوے میل کا سفر تین روز میں طے ہوا۔ رات کو وہ لندن پہنچا اور دوسرے روز منہ اندھیرے پل پر جا کر کھڑا ہو گیا۔ پل پر اس خاص جگہ کی تلاش میں ذرا بھی دقت پیش نہ آئی جو اس نے خواب میں دیکھی تھی۔ ایسا محسوس ہوا یہ سارا گرد و پیش اس کا دیکھا بھالا ہے دن بھر وہ اس اجنبی کے انتظار میں کھڑا رہا جس سے ملاقات کی نوید اسے خواب میں ملی تھی لیکن کوئی شخص اس کی طرف ملتفت نہ ہوا۔ رات وہ کسی سرائے میں جا کر فروکش ہو گیا۔ دوسرا دن بھی اس نے پل پر گزارا لیکن گوہر مقصود نہ آنا تھا نہ آیا۔ تیسرا دن بھی اس طرح گزر گیا آخر مایوس ہو کر اس نے واپس گاؤں جانے کا فیصلہ کر لیا چار سو اندھیرا پھیل رہا تھا اس نے دریا پر الوداعی نظر ڈالی اور شہر کی جانب قدم بڑھائے۔ اچانک ایک راہگیر نے پوچھا۔

''میں پرسوں سے آپ کو یہیں دیکھ رہا ہوں۔ کیا بات ہے؟ آپ یہاں دن بھر کیوں کھڑے رہتے ہیں؟

''مجھے خواب میں کسی نے یہاں آنے کی ہدایت کی تھی لیکن تین روز کے بے سود انتظار کے بعد اب واپس جا رہا ہوں۔ ٹین ساز نے اپنا اور اپنے گاؤں کا نام لئے بغیر جواب دیا۔ اجنبی نے زوردار قہقہہ لگایا اور کہا۔

''عجیب بے وقوف آدمی ہو۔ خواب پر یقین کر کے گھر سے چل کھڑے ہوئے۔ اب زیادہ بے وقوف نہ ہو اور فوراً واپس چلے جاؤ اور ایسے توہمات سے توبہ کرو۔ اگر مجھے بھی توہمات پر یقین ہوتا تو میں بھی تمہاری طرح آج نارفوک کے علاقے میں سوفہم نام کے کسی قصبے میں بھٹک رہا ہوتا۔ تین روز سے متواتر کوئی صاحب خواب میں آ کر مجھے بتا رہے ہیں قصبہ سوفہم کے شمال میں ایک باغ ہے جس میں سیب کا ایک درخت ہے۔ اس درخت کی جڑ میں تھوڑی سی کھدائی کرو تو تمہیں دولت سے بھرا ہوا بکس ملے گا لیکن بھئی! مجھے دنیا میں اور بھی بہت سے کام ہیں۔ ان فضول باتوں کے پیچھے بھاگتا پھروں تو مجھ سے بڑھ کر بے وقوف کون ہوگا؟ دوست! میری مانو گھر جا کر خوب محنت کرو۔ جس دولت کی تلاش میں یہاں آئے تو وہ تمہیں اپنی محنت سے گھر بیٹھے مل جائے گی''۔

درخت سے خزانہ مل گیا

ٹین ساز اپنے قصبے کا سن کر بھونچکا رہ گیا۔ اس نے دل میں سوچا شاید یہی وہ پیغام ہے جس کیلئے مجھے یہاں آنے کا اشارہ ہوا تھا۔ اجنبی کا شکریہ ادا کیا اور سرائے میں آ کر لیٹ گیا۔ دوسرے روز صبح سویرے وہ واپس چل کھڑا ہوا۔ گھر پہنچ کر اس نے راز کسی پر افشا نہ کیا اور منہ اندھیرے کدال لئے باغ میں جا پہنچا۔ سیب کا درخت تلاش کرنے میں زیادہ دقت نہ ہوئی۔ زمین کھودنا شروع کی، دل دھڑک رہا تھا۔ ابھی گڑھا دو تین فٹ ہی کھودا تھا کہ کدال کسی سخت چیز سے ٹکرائی۔ یہ لوہے کا ایک مضبوط بکس تھا۔ اس نے جلدی سے اسے نکالا۔ گڑھے کو مٹی سے بھرا اور بکس اٹھا کر گھر کا رخ کیا۔ خوش قسمتی سے کسی کی نظر اس پر نہ پڑی۔ گھر پہنچ کر اندر سے دروازہ بند کیا اور بکس کھولا۔ ایک چھناکے کے ساتھ سونے چاندی کے سکے فرش پر آ گرے۔ بکس میں

سے کاغذ کا ایک بوسیدہ سا پرچہ بھی نکلا جس پر کچھ تحریر تھا ٹین ساز ان پڑھ تھا۔ اس نے پرچہ سنبھال کر جیب میں رکھ لیا۔ قصبے میں ایک گرائمر سکول تھا۔ ٹین ساز نے اسکول کے چند طالب علموں کو پرچہ دکھایا۔ اس میں لکھا تھا: ''جہاں یہ ہے وہاں اس سے دگنا ایک اور بھی ہے۔ ٹین ساز نے بڑی بے صبری سے دن گزارا، سردی کا موسم تھا۔ لوگ سر شام ہی برفباری کے خوف سے گھروں میں دبک کر بیٹھ گئے۔ ٹین ساز پھر باغ میں پہنچا۔ گڑھا پہلے سے کچھ گہرا کھودنے پر زیورات سے بھرا ایک بہت بڑا بکس برآمد ہوا۔ ٹین ساز اب قصبے کا امیر ترین فرد تھا۔ اس نے ٹین سازی کا پیشہ ترک کر دیا اور آرام کے ساتھ زندگی گزارنے لگا۔ شکر گزاری کے طور پر قصبہ کے گرجا گھر میں ایک چبوترہ تعمیر کرایا۔ آج بھی اس گرجا گھر میں ٹین ساز اور اس کے کتے کا سنگ مرمر کا مجسمہ روایتی ٹین سازوں کے لباس میں ایستادہ ہے۔

خوابوں میں پیچیدہ مسائل حل

بعض لوگ خواب کو کوئی اہمیت نہیں دیتے۔ ان کا خیال ہے، یہ بعض قوت واہمہ کی کارستانی ہے جس طرح پاگل یا دماغی مریض اپنے آپ کو بادشاہ سمجھنے لگتا ہے یا کسی کو وہم ہو جاتا ہے کہ (معاذاللہ) اس کے اندر سے خدا بول رہا ہے۔ اسی طرح خواب میں کبھی ہم اپنے آپ کو پرندوں کی طرح اڑتے اور کبھی مچھلیوں کے ساتھ بحر بیکراں میں ڈبکیاں لگاتے دیکھتے ہیں۔ کبھی شیر ہمیں اپنے اوپر سوار کر لیتا ہے اور کبھی ہم کوہ ہمالیہ کو سر پر اٹھا کر دوڑنے لگتے ہیں۔ ایسے توہمات پر وہی لوگ یقین رکھتے ہیں جو عقیدہ کے ضعیف اور ہمت کے پست ہوتے ہیں اور اپنی قوت بازو سے دنیا میں کوئی کارنمایاں انجام نہیں دے سکتے پس خیالی باتوں کے پیچھے لگے رہتے ہیں۔ لیکن یہ امر بہت حیران کن ہے کہ بعض اوقات خوابوں میں ایسے ایسے پیچیدہ مسئلے حل ہو جاتے ہیں جو عالم بیداری میں لاینحل نظر آتے ہیں۔ ایسے خوابوں کی توجیہہ عقل اور فلسفے کی رو سے محال ہے۔

ملازم کو خواب میں حسابی غلطی کی رہنمائی

پروفیسر ریٹکلف Ratcliff نے چند ایسے ہی خواب اپنی مشہور تصنیف تاریخ رویا A History of Dreams میں بیان کئے ہیں۔ وہ لکھتے ہیں گلاسگو کا ایک بینک کلرک کسی حسابی غلطی کی وجہ سے سخت پریشان تھا وہ بہی کھاتے کو بار بار چیک کرتا لیکن غلطی کا پتہ نہ چلتا۔ ایک روز اس نے خواب میں دیکھا وہ بینک میں اپنے کاؤنٹر پر کام کررہا ہے۔ ایک شخص آیا اور اپنے حساب سے چیک کیش کروا کے چلا گیا اور بھی بہت سے گاہک پیسے نکلوانے کیلئے آئے ہوئے تھے۔ کلرک ان کی طرف متوجہ ہو گیا اور اس شخص کی رقم کا اندراج بھول گیا۔ جب وہ سو کر اٹھا تو اسے خواب کی ساری تفصیل یاد تھی۔ یہاں تک کہ اس شخص کا اکاؤنٹ نمبر بھی اس کے حافظہ میں محفوظ تھا بینک جا کر پڑتال کی تو واقعی اس اکاؤنٹ نمبر میں چیک کا اندراج ہونے سے رہ گیا تھا۔

مرحوم باپ نے گواہ کا نام بتادیا

اسی طرح ایک کاروباری نوجوان پر قرض کی عدم ادائیگی کا مقدمہ قائم ہو گیا قرض بہت پرانا تھا اور نوجوان کو یقین ہوا کہ اس کے مرحوم باپ نے ادا کر دیا تھا''۔ لیکن مصیبت یہ تھی نہ فائلوں میں کوئی رسید ملی اور نہ اسے کسی گواہ کا علم تھا جس کے سامنے ادائیگی کی گئی ہو۔ بے چارہ بے حد پریشان تھا کوئی راستہ سجھائی نہ دیتا۔ ایک روز اس نے خواب میں دیکھا اس کا مرحوم باپ اس کے پاس آیا اور اسے ایک گواہ کا نام بتا گیا جس کے سامنے رقم ادا ہوئی تھی۔ دوسرے روز نوجوان نے خواب میں دیے ہوئے پتے پر گواہ کو ڈھونڈ نکالا۔ اس سے دریافت کرنے پر معلوم ہوا واقعی رقم اس کی موجودگی میں ادا کی گئی تھی۔

خوابوں کا سلسلہ منقطع نہیں ہوسکتا

خواب تقریباً ہر شخص کے تجربے میں آتے رہتے ہیں اور کوئی دور بھی ان سے خالی نہیں رہا۔ خوابوں کی اہمیت سے انکار کے باوجود خوابوں کا سلسلہ منقطع نہیں ہوسکتا۔ بچے، جوان،

بوڑھے سبھی خواب دیکھتے ہیں۔ آپ نے مشاہدہ کیا ہوگا بچے سوتے میں کبھی مسکراتے ہیں اور کبھی منہ بسورتے ہیں۔ یہ نیند کے دوران میں رونا اور ہنسنا آخر کس وجہ سے ہوسکتا ہے؟ کہا جاتا ہے بچے کا معصوم ذہن اپنی پرواز میں بڑی عمر کے لوگوں سے بدرجہا آگے ہوتا ہے اس لئے اخلاقی یا معاشرتی قیود کا احساس زنجیر پا نہیں ہوتا اور خوابوں میں اسکی تگ وتاز باشعور آدمی کے مقابلے میں لامتناہی ہوتی ہے۔ پروفیسر ہزلٹ Hazlett کا خیال ہے انسان جتنی دیر سویا رہے خواب دیکھتا رہتا ہے۔ یہ سلسلہ صرف اس وقت منقطع ہوتا ہے جب وہ جاگتا ہے، لیکن سارے خواب اسے یاد نہیں رہتے۔ اس رائے سے اتفاق کرنا مشکل نظر آتا ہے۔ ذاتی تجربے کی بنا پر ہر شخص محسوس کرسکتا ہے کہ خواب ہمہ وقتی نہیں بلکہ جزوقتی ہوتے ہیں۔

جسم سے متعلق خواب میں کیفیات

قدیم زمانے سے خوابوں کے بارے میں لوگوں کے نظریات مختلف رہے ہیں۔ بعض لوگ تو انہیں محض وہم سمجھتے ہیں اور بعض فریب نظر (Hallucination) کچھ لوگوں کا خیال ہے جسم انسانی میں جب کوئی عنصر اعتدال سے بڑھ جاتا ہے تو فضول سے خواب نظر آتے ہیں۔ جسم میں گرمی بڑھ جائے تو خواب میں آگ اور سورج وغیرہ نظر آتے ہیں۔ بلغم میں اضافہ ہو جائے تو برفباری اور بارش دکھائی دیتی ہے۔ دموی مزاج کے شخص کو قتل وغارت اور سرخ چیزیں نظر آتی ہیں۔ اسی طرح صفراوی مزاج والے کو صفراوی چیزیں دکھائی دیتی ہیں، لیکن سوال پیدا ہوتا ہے کیا تمام خواب انہی باتوں تک محدود رہتے ہیں؟ شروع میں ٹین ساز کا جو خواب بیان ہوا وہ کس عنصر کے بے اعتدالی کا نتیجہ تھا؟ بیسیوں ایسے خواب نظر آتے ہیں جو اس نظریے کے بطلان پر دلالت کرتے ہیں۔ یہ درست ہے کہ بعض اوقات پرخور شخص خواب میں اپنی چھاتی پر بوجھ لدا ہوا دیکھتا ہے یا بھوکے شخص کو انواع واقسام کے کھانے پکتے نظر آتے ہیں، لیکن خوابوں کا ایک حصہ ایسا بھی ہے جن کا کوئی تعلق طبعی خصائص سے نہیں ہوتا۔ ان

خوابوں میں اللہ تعالیٰ اپنے علم ازلی سے اپنے بندوں پر غیبی اشارے القا فرماتے ہیں جن کا تعلق حال یا مستقبل سے ہوتا ہے۔ ان غیبی اشاروں کا مفہوم سمجھنے کی کوشش کرنا کسی طرح بھی غیر مستحسن نہیں ہوسکتا بلکہ ان کی تعبیر کی کوشش عبد کو معبود کے قریب تر کر دیتی ہے۔ تیسری صدی عیسوی کے ایک یہودی عالم کا قول ہے جس خواب کی تعبیر دریافت نہ کی جائے وہ ایسا ہی ہے جیسے کسی دوست کا کوئی خط' جسے آدمی وصول تو کرلے لیکن کھول کر پڑھنے کی تکلیف گوارا نہ کرے۔

بعض قدیم قبائل کی رائے

بعض قدیم قبائل کا عقیدہ تھا جب کوئی شخص سو جاتا ہے تو اس کی روح سیر سپاٹے کے لئے چلی جاتی ہے۔ اس سیر میں روح جو کچھ دیکھتی ہے اسے خواب کہا جاتا ہے۔ جزیرہ ساٹرا میں ایک قبیلے کے ہاں سوئے ہوئے آدمی کا حلیہ تبدیل کرنا شدید جرم سمجھا جاتا کیونکہ ان کا خیال تھا اس طرح روح کو واپس آکر اپنا بدن پہچاننا مشکل ہو جاتا ہے۔ بمبئی کے قریب' آباد بعض قدیم قبائل بھی سوئے ہوئے آدمی کا چہرہ رنگنے کو قتل کے برابر جرم گردانتے تھے۔ ان کے خیال میں روح تبدیل شدہ چہرے کو پہچاننے میں دھوکا کھا سکتی ہے۔ ہوسکتا ہے وہ کسی دوسرے شخص کے بدن میں داخل ہو جائے۔ اسی طرح بعض قبائل میں خوابیدہ آدمی کو جگانا جرم سمجھا جاتا۔ انہیں یہ ڈر رہتا روح شاید کہیں دور نکل گئی ہو اور اتنی جلدی واپس نہ آسکے کہ اپنے مسکن بدن میں دوبارہ داخل ہو سکے۔

خوابوں کے متعلق الہامی مذاہب کا نقطہ نظر

خوابوں کے بارے میں الہامی مذاہب کا نقطہ نظر شروع ہی سے دوسرے مذاہب سے مختلف رہا ہے۔ یہود ہوں یا نصاریٰ یا ان سے قبل کے موحد' جن لوگوں نے بھی اللہ کو خالق و مالک مانا ہے اور اس کے احکام کے سامنے سر جھکایا ہے وہ ہمیشہ خوابوں کے ایک حصے کو منجانب اللہ تسلیم کرتے چلے آئے ہیں۔ بنی اسرائیل کا اعتقاد تھا خواب اللہ کی طرف سے بلا واسطہ الہام ہوتے ہیں۔ ان سے پہلے یونان بھی خوابوں کو مابعد

الطبیعاتی قوتوں کے ساتھ تعلق جوڑنے کا ذریعہ خیال کیا جاتا۔ تعبیر رویا کا علم ان کے ہاں معزز سمجھا جاتا۔ لوگ تعبیر بیان کرنے والوں سے اسی طرح مشورہ لیتے جس طرح بیمار پڑنے پر ڈاکٹر سے مشورہ لیا جاتا ہے۔ ڈاکٹر کی طرح تعبیر بتانے والے بھی فیس وصول کیا کرتے۔ بعض اوقات ان کی تعبیر میں اختلاف بھی ہوتا۔ مثلاً شاہ فلپ Philip اور ملکہ اولمپیا Olympia کا واقعہ لیجئے۔ ملکہ سے شادی کے کچھ عرصے بعد شاہ فلپ نے خواب میں دیکھا وہ ملکہ کے رحم پر مہر لگا رہا ہے اور مہر پر شیر کا نشان کندہ ہے تقریباً سبھی معبر اس بات پر متفق تھے کہ ملکہ کی عصمت محفوظ نہیں اور بادشاہ کو ملکہ کے کردار کی گہری چھان بین کرنی چاہئے' لیکن طلمیسس Telmesus کے عظیم معبر نے ان کی تعبیر سے اتفاق نہ کیا اور کہا ملکہ امید سے ہے' کیونکہ مہر کبھی خالی چیز پر نہیں لگائی جاتی اور مہر پر شیر کے نشان سے مراد یہ ہے کہ پیدا ہونے والا بچہ شیر کی طرح بہادر اور جرات مند ہوگا۔ یہاں شاید یہ بتانے کی ضرورت نہیں یہ بچہ تاریخ میں سکندر اعظم کے نام سے مشہور ہوا۔

تعبیر بیان کرنے والوں کا سوال نامہ

مصر شام' بابل اور روم میں بھی لوگ پیشہ ور معبرین سے تعبیر دریافت کرتے ان تعبیر بیان کرنے والوں نے ایک سوال نامہ تیار کر رکھا تھا۔ خواب دیکھنے والے کا نام' پیشہ' عمر' معاشرتی مرتبہ وغیرہ تمام باتیں دریافت کرنے کے بعد خواب کی تعبیر بیان کی جاتی۔ ان تمام ملکوں میں تعبیر بتانے والے شاہی دربار سے بھی وابستہ ہوتے تھے۔ حضرت یوسف علیہ السلام کے قصے میں بھی ہم دیکھتے ہیں کہ بادشاہ مصر نے اپنا خواب پہلے شاہی معبرین کو سنایا لیکن انہوں نے اضغاث احلام کہہ کر ٹال دیا۔ ایک زمانے میں صرف یروشلم کے شہر میں چوبیس آدمی تعبیر بتانے والے تھے۔ عیسائیوں کے ہاں بھی خواب کو بڑی اہمیت دی جاتی۔ اب بھی اکثر دیہات میں رواج ہے کہ لڑکیاں رات کو بائیں بازو کو تکیے کے نیچے رکھ کر سوتی ہیں۔ ان کا عقیدہ ہے اس طرح ہونے والے خاوند کے

بارے میں اشارہ ہو جاتا ہے۔ استخارے کا ایک اور طریقہ بھی رائج ہے۔ استخارہ کرنے والا دن کے بارہ بجے کسی کاغذ پر اپنا نام لکھ کر اسے آگ دکھا دیتا ہے پھر راکھ کو احتیاط کے ساتھ اکٹھا کر کے کسی لفافے میں محفوظ کر لیتا ہے۔ ان کا عقیدہ ہے اگر یہ لفافہ ذرات کو آئینے پر رکھ کر اور اس صلیب کا نشان بنا کر تکیہ کے نیچے رکھ دیں تو ہونے والے ساتھی کی تصویر خواب میں نظر آتی ہے۔

خواب کے متعلق جدید مغربی فلسفیوں کی آرا

خوابوں کے بارے میں جدید مغربی فلسفیوں کی آرا کا مطالعہ بھی دلچسپی سے خالی نہیں۔ یہ وہ لوگ ہیں جو نہ خالق کائنات کو بن دیکھے تسلیم کرتے اور نہ وحی الہام کو ذریعہ علم مانتے ہیں۔ ان کے علم کا سدرۃ المنتہیٰ عقل انسانی ہے۔ عقل سے ماورا انہیں کچھ سجھائی نہیں دیتا۔ ان ماہرین نفسیات میں فرائڈ کو نمایاں مقام حاصل ہے۔ اس کی سوچ بچار کا لب لباب یہ ہے کہ تمام خواب ہماری دبی ہوئی جنسی خواہشات کا اظہار ہوتے ہیں۔ بچپن میں لڑکا ماں کی چھاتی کے ساتھ لگ کر سکون پاتا ہے اور لڑکی باپ کی قربت میں سکون محسوس کرتی ہے۔ یہ جنسی خواہشات جن کا برملا اظہار بچپن کے معصوم دور میں قابل ملامت نہیں سمجھا جاتا عمر کے بڑھ جانے سے اور پختہ ہو جاتی ہیں۔ لیکن اب معاشرتی اور اخلاقی دباؤ کی وجہ سے ان کا برملا اظہار معیوب سمجھا جاتا ہے۔ لہٰذا یہ دبی اور گھٹی ہوئی خواہشات، شعور سے لاشعور میں اتر جاتی ہیں اور شعور کا چوکیدار انہیں آگے بڑھنے کی اجازت نہیں دیتا۔ جب آدمی سو جاتا ہے اور شعور کا پہرے دار بھی کچھ ڈھیلا پڑ جاتا ہے تو لاشعور کے تاریک خانے میں پڑی ہوئی ان خواہشات کو کھل کر کھیلنے کا موقع مل جاتا ہے اور وہ خوابوں کی صورت میں ظاہر ہو جاتی ہیں۔ فرائڈ کے مطابق ہر خواب کسی نہ کسی جنسی جذبے کا اظہار ہوتا ہے لیکن یہ خواہشات پہرے دار کی نظروں سے بچنے کیلئے بھیس بدل کر آتی ہیں اس لئے انہیں پہچاننا مشکل ہوتا ہے۔ ایک ماہر نفسیات تحلیل نفسی کے بعد بتا سکتا ہے خواب میں نظر آنے والا درخت مردانہ جنسی جذبے کا

اظہار ہے اور جھیل یا گہرا کنواں زنانہ جنسی جذبے کی بدلی ہوئی صورت۔

خواب دبی ہوئی خواہشات کے راستے

برگساں کا کہنا ہے ہماری یادیں لاشعور میں اس طرح دبی ہوتی ہیں جس طرح کسی بوائلر میں بھاپ کو دبا کر رکھا جاتا ہے اس بھاپ کو جب ذرا سا بھی راستہ ملتا ہے، تو یہ پوری قوت کے ساتھ نکل بھاگنے کی کوشش کرتی ہے۔ اسی طرح ہمارے خواب بھی دبی ہوئی خواہشات کے نکل بھاگنے کے راستے ہیں۔

جذبات خوابوں سے اپنا حصہ وصول کرتے ہیں

پروفیسر میکڈوگل، فرائڈ سے اس حد تک متفق ہے کہ خواب، لاشعور کی دبی ہوئی خواہشات کا اظہار ہوتے ہیں، لیکن اسے اس بات سے اتفاق نہیں کہ یہ گھٹی ہوئی خواہشات صرف جنسی جذبات پر مشتمل ہوتی ہیں۔ اس کا خیال ہے خوف، غصہ، رقابت اور دوسرے تمام جذبات بھی خوابوں سے اپنا اپنا حصہ وصول کرتے ہیں۔ اس کے علاوہ انسانی محسوسات کو متاثر کرنے والی چیزیں بھی خوابوں کا رخ متعین کرنے میں مدد دیتی ہیں۔ مثال کے طور پر جب کوئی شخص جاگنے سے سونے کی کیفیت کی طرف منتقل ہو رہا ہو اور اس کے حیاتی اعضاء پر اثر ڈالا جائے، تو وہ اسی کے بارے میں خواب دیکھنے لگتا ہے۔ اس کیفیت میں مکھی کی بھنبھناہٹ، ہوائی جہاز کی گڑگڑاہٹ میں بدلتی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔ یا پانی کے چند قطرے موسلا دھار بارش کا روپ دھار لیتے ہیں۔

یہاں ان نظریات پر تنقید کا موقع نہیں، لیکن ہر شخص صاف محسوس کر سکتا ہے کہ خوابوں کا بحر بیکراں ان نظریات میں سماتا مشکل دکھائی دیتا ہے۔ اس سے جزوی اتفاق کے باوجود تمام خوابوں کی تعبیر پیش کر دیتا ہے، تو ان نظریات کے بطلان میں ذرا سا پس و پیش بھی باقی نہیں رہتا۔

خوابوں کے متعلق اسلام کا رویہ

خوابوں کے متعلق اسلام کا رویہ نہایت معتدل اور معقول ہے۔ اسلام نہ تو تمام

کے تمام خوابوں کو الہامی قرار دیتا ہے اور نہ ہی سارے کے سارے خواب اضغاث
احلام سمجھتا ہے۔ حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے ایک حدیث مروی ہے:
الرویا من اللہ والحلم من الشیطان۔ رویا اللہ کی جانب سے ہوتے ہیں اور حلم
یعنی فضول خواب شیطان کی جانب سے۔ یہاں خواب دو حصوں میں تقسیم کر دیے گئے
ہیں۔ رحمانی خوابوں کو رویا کا نام دیا گیا ہے اور شیطانی خوابوں کو حلم کا نام۔ ایک
دوسری حدیث میں حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم فرماتے ہیں خواب تین قسم کے ہوتے
ہیں۔ رویائے صالحہ جو اللہ تعالیٰ کی طرف سے بشارت ہیں۔ دوسرے وہ خواب جن
میں شیطان، انسان کو ڈراتا دھمکاتا ہے۔ تیسرے ایسے خواب جن میں نفس انسانی کی
اپنی کارستانیوں کا دخل ہوتا ہے۔ روایت میں تیسری قسم کے لئے حدیث نفس کی
ترکیب استعمال ہوئی۔ یعنی ایسے خواب جو خوف، غصہ، خواہش یا کسی دوسری نفسیاتی
الجھن کی پیداوار ہوں۔ جیسے بھوکے کو خواب میں انواع واقسام کے کھانے نظر آئیں یا
سردیوں کی رات میں باز و رضائی سے باہر رہ جائے تو آدمی برفباری کے نظارے
دیکھنے لگے یا دن کو اپنے کسی عزیز کی بیماری پریشان کرتی رہے تو رات کو کسی کی موت کا
خواب نظر آنے لگے۔ ایسے خواب فلاسفہ مغرب کے خود ساختہ اصولوں پر پورے
اترتے ہیں اور ان کی نفسی تحلیل ہو سکتی ہے۔

"خواب" شیطان کی شرارت

دوسری قسم یعنی شیطانی خوابوں کی ایک دلچسپ حدیث میں ملتی ہے۔ ایک شخص نبی
صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوا اور کہنے لگا یا رسول اللہ (ﷺ) میں
نے رات کو خواب میں دیکھا میرا سر کٹ کر آگے آگے دوڑ رہا ہے اور میں اسے پکڑنے
کیلئے پیچھے پیچھے بھاگ رہا ہوں۔ آپ ﷺ نے فرمایا "**لا تتحدث بتلاعب
الشیطان بك فی المنام**"۔ شیطان اگر خواب میں تمہارے ساتھ چھیڑ چھاڑ کرے
تو اسے لوگوں کو سناتے نہ پھرا کرو۔ گویا ایسا خواب شیطان کی شرارت ہے۔ حضور اکرم

صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد گرامی ہے اگر کوئی شخص مکروہ خواب دیکھے تو وہ کروٹ
تبدیل کرلے، اپنی دائیں جانب تین مرتبہ تھوک دے اور شیطان لعین کی شرارتوں سے
اللہ کی پناہ مانگے پھر جب اٹھے تو نماز پڑھ لے اور ایسا خواب کسی کو نہ سنائے۔
اسی طرح وہ خواب جس کے بعد غسل واجب ہو جاتا ہے۔ شیطانی خوابوں کی
قابل فہم مثال ہے۔

علم التعبیر کا وجود میں آنا

خوابوں کی پہلی قسم جنہیں مبشرات یا رویائے صالحہ کہا جاتا ہے وہ مقصود اصلی ہے جس
کیلئے پورے کا پورا علم التعبیر وجود میں آیا ہے۔ اس قسم کے خوابوں کیلئے فرمان نبوی ﷺ
ہے کہ یہ نبوت کا چالیسواں جز ہے۔ اس کے ذریعے اللہ تعالیٰ اپنے کسی بندے کو غیبی
اشارہ فرماتے ہیں۔ ایک اور حدیث میں جو اس سے واضح تر ہے۔ حضور اکرم صلی اللہ
علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا: **ذهبت النبوات و بقيت المبشرات** یعنی نبوت کا سلسلہ تو
ختم ہو گیا البتہ مبشرات کا سلسلہ باقی ہے۔ صحابہؓ نے پوچھا یا رسول اللہ ﷺ! مبشرات
سے کیا مراد ہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا سچے خواب۔ گویا ان خوابوں کے ذریعے اللہ تعالیٰ
اپنے بندوں کو خوشخبری دیتا رہتا ہے اور بداعمال لوگوں کو متنبہ کرنے کیلئے برے انجام
سے ڈراتا ہے تاکہ وہ اصلاح پذیر ہو جائیں۔ مشہور معبر امام ابن سیرین رحمہ اللہ علیہ کے
پاس ایک آدمی آیا اور کہنے لگا میں نے خواب میں دیکھا میرے کان میں کنکر پڑ گیا ہے۔
میں نے زور سے ہلایا تو وہ کنکر باہر نکل آیا۔ امام صاحب نے فرمایا خواب کا مطلب یہ
ہے کہ تو اہل بدعت کے پاس اٹھتا بیٹھتا ہے اور ان سے فحش باتیں سنتا رہتا ہے، لیکن
امید ہے تائب ہو جائیگا۔ اسی طرح ایک اور شخص امام صاحب کی خدمت میں حاضر ہوا
اور کہنے لگا۔ میں نے خواب میں اپنا ہاتھ کٹا ہوا دیکھا ہے۔ انہوں نے فرمایا شاید تو جھوٹا
حلف اٹھائیگا۔ یہ وہ خواب ہیں جن میں اللہ تعالیٰ اپنے بندوں کو متنبہ فرماتا ہے تاکہ وہ
اصلاح حال کی طرف متوجہ ہوں اور انجام بد سے بچ جائیں۔

انٹرویو میں پاس ہو گیا

ایک مرتبہ پبلک سروس کمیشن نے کلاس کی ایک آسامی مشتہر کی جس کے امیدوار میرے ایک دوست بھی تھے۔ وہ درخواست دینے سے ہچکچا رہے تھے ان کا خیال تھا وہاں مجھ سے سینئر اور بیرونی ڈگریوں کے حامل بھی کئی لوگ ہونگے ، اسی حیص بیص کے عالم میں انہوں نے خواب دیکھا کہ ایک سوراخ ہے جس میں سے یکے بعد دیگرے پانچ سانپ نکلتے جاتے ہیں۔ یہاں تک کہ انہوں نے پانچوں کے پانچوں سانپ ختم کر دیے۔ جب انہوں نے مجھے یہ خواب سنایا تو میں نے انہیں مشورہ دیا وہ ضرور درخواست دے دیں۔ امید ہے منتخب ہو جائینگے۔ انٹرویو سے واپس آ کر انہوں نے بتایا وہ منتخب ہو گئے ہیں اور ان کے علاوہ پانچ اور امیدوار تھے جو سروس میں ان سے سینئر تھے لیکن ان میں سے کوئی بھی منتخب نہ ہو سکا۔

صاحب ایمان لوگوں کیلئے دنیا میں بشارتیں

مبشرات کے ضمن میں قرآن کی ایک آیت سے بھی اشارہ کیا جاتا ہے ایک مقام پر اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ صاحب ایمان لوگوں کیلئے دنیا کی زندگی میں بھی بشارتیں ہیں۔ کسی صحابیؓ نے پوچھا یا رسول اللہ! ایمان والوں کو یہ خوشخبریاں کیسے ملتی ہیں؟ آپ ﷺ نے فرمایا سچے خوابوں کے ذریعے۔ حدیث میں آتا ہے نماز فجر سے فارغ ہو کر حضور اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ہر روز صحابہؓ سے پوچھا کرتے کیا تم میں سے کسی نے رات کوئی خواب دیکھا ہے؟ اگر کسی نے کوئی خواب دیکھا ہوتا تو وہ اسے بیان کرتا اور آپ ﷺ اس کی تعبیر فرماتے۔ ایک مرتبہ کئی روز تک صحابہؓ میں سے کسی کو خواب نظر نہ آیا، تو آپ ﷺ نے فرمایا تمہیں رویا کیسے نظر آ سکتا ہے جب کہ تمہارے ناخنوں میں میل جما ہوا ہے۔ اتفاق سے لوگوں کے ناخن بڑھے ہوئے تھے اور ان میں میل جم گیا تھا۔ اس سے رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا مقصد یہ تھا کہ جسمانی نظافت کے بغیر اللہ تعالیٰ کی لطافت قریب آنے سے حیا کرتی ہے۔

سچا شخص خواب میں بھی سچا ہوتا ہے

علمائے تعبیر کا خیال ہے' جو شخص عالم بیداری میں سچا ہو وہ خواب میں بھی سچا ہوتا ہے اس کے دو مفہوم ہیں ایک تو یہ کہ سچا آدمی بالعموم سچے خواب دیکھتا ہے دوسرا یہ کہ عالم خواب میں اگر آپ کو ایسا شخص جو صدق شعار ہے' کوئی بات بتاتا ہے تو سچی ثابت ہوگی۔ اسی طرح جھوٹے آدمی کے خواب بھی عام طور پر جھوٹے ہوتے ہیں۔ اگر خواب میں وہ آپ کو غیب کی کوئی خبر دیتا ہے تو غالب گمان یہ ہے کہ جھوٹ بول رہا ہوگا۔ اسی طرح جھوٹ موٹ اپنی طرف سے کوئی خواب بیان کرنا بھی ناشائستہ حرکت ہے اور اس کا انجام خراب ہوتا ہے۔ ایک حدیث ہے۔ حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا جو شخص بن دیکھے کوئی خواب بیان کرے تو قیامت کے روز اسے جو کے دو دانوں میں گرہ لگانے کا حکم دیا جائے گا۔

فیس لیکر خوابوں کی تعبیر بتانا

"تعطیر الانام فی تعبیر المنام" کے مصنف علامہ نابلسی رحمہ اللہ کے قول کے مطابق حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے قبل علم رویا سے بڑھ کر کوئی علم زیادہ معزز نہ سمجھا جاتا تھا۔ بنی اسرائیل کے دور عروج میں تعبیر بتانے والے شاہی دربار سے وابستہ ہوتے تھے۔ ان کے علاوہ پیشہ ور معبر فیس لے کر لوگوں کے خوابوں کی تعبیر بتاتے۔ عام طور پر ایک خواب کی تعبیر ایک درہم میں بتائی جاتی۔ قرآن میں اس علم کو تاویل الاحادیث کا نام دیا گیا ہے۔ یعنی باتوں کا مطلب نکالنا۔ حضرت یوسف علیہ السلام کے ذکر میں اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں، ہم نے انہیں تاویل الاحادیث کا علم عطا فرمایا ان کے سامنے تعبیر کے لئے سب سے پہلے جو خواب پیش ہوا وہ ان دو قیدیوں کا تھا جو انہی کے ساتھ جیل میں نظر بند تھے۔ ان میں سے ایک شاہی آب دار تھا اور دوسرا داروغہ مطبخ۔ شاہی آبدار نے دیکھا وہ انگور نچوڑ رہا ہے۔ داروغہ مطبخ نے دیکھا اس کے سر پر روٹیوں کی چنگیر ہے اور پرندے روٹیاں لے اڑے ہیں۔ حضرت یوسف علیہ

السلام نے فرمایا: شاہی آبدار رہا ہوگا اور اپنے منصب پر بحال کر دیا جائے گا۔ داروغہ
مطبخ کو سولی دی جائیگی اور پرندے اس کا گوشت نوچ نوچ کر کھا جائینگے۔ دوسرا
خواب جس کی تعبیر حضرت یوسف علیہ السلام نے بتائی مصر کے بادشاہ نے دیکھا تھا۔
اس نے دیکھا سات موٹی تازی گائیں ہیں۔ ناگہاں سات دبلی گائیں انہیں کھا جاتی
ہیں۔ پھر اس نے دیکھا سات ہری بالیں ہیں اور ان کے ساتھ سات سوکھی بالیں
ہیں۔ بادشاہ نے درباری معبرین کو خواب سنایا تو انہوں نے اسے اضغاث احلام قرار
دیا لیکن بادشاہ کی تسلی نہ ہوئی۔ آخر شاہی آبدار نے حضرت یوسف علیہ السلام کے پاس
جیل میں حاضر ہو کر تعبیر پوچھی۔ انہوں نے فرمایا سات سال خوب بارشیں ہوں گی اور
بڑی اچھی فصل ہوگی پھر سات سال تک خشک سالی رہے گی اور خوفناک قحط پڑ جائیگا۔
اس قحط سے بچنے کی تدبیر بھی انہوں نے بتادی۔ پہلے سات سال میں جو فصل پیدا ہو
اسے احتیاط کے ساتھ استعمال کرو اور غلے کو بالیوں ہی میں رہنے دو تاکہ کیڑا لگنے سے
محفوظ رہ سکے۔ صرف ضرورت کے مطابق نکال کر کھاؤ۔

حضرت یوسف کا مشہور خواب

سات سال کی عمر میں حضرت یوسف علیہ السلام نے وہ مشہور خواب دیکھا جو بائبل
اور قرآن میں ایک ہی الفاظ میں مذکور ہے۔ انہوں نے دیکھا چاند' سورج اور گیارہ
ستارے ان کے سامنے سجدہ ریز ہو رہے ہیں۔ انہوں نے اپنا خواب حضرت یعقوب
علیہ السلام کو سنایا تو وہ کہنے لگے۔ بیٹا یہ خواب اپنے بھائیوں کو نہ سنانا۔ باپ کو معلوم تھا
بھائی یوسف علیہ السلام کو پسند نہیں کرتے۔ خواب سن کر وہ اور زیادہ چڑ جائیں گے۔
حضرت یوسف علیہ السلام کے بارے میں حضرت یعقوب علیہ السلام کی تشویش کی
ایک وجہ اور بھی تھی۔ انہیں خواب میں اشارہ ہو چکا تھا کہ بھائی یوسفؑ کو نقصان
پہنچانے کی کوشش کریں گے۔ ایک روز انہوں نے خواب میں دیکھا وہ پہاڑ کی چوٹی پر
کھڑے ہیں اور نیچے دامن کوہ میں یوسفؑ دس بھیڑیوں کے درمیان گھرے ہوئے

ہیں۔ بھیڑیے ان پر پل پڑنے کو تیار ہیں۔ یکلخت کیا دیکھتے ہیں زمین میں ایک
شگاف ہوا اور حضرت یوسفؑ اس میں سما گئے اور بھیڑیے مایوس ہو کر وہاں سے چل
دیے۔ اسی بنا پر جب برادران یوسف علیہ السلام ایک سازش کے تحت یوسفؑ کو
ساتھ لے جانے پر اصرار کرنے لگے تو حضرت یعقوبؑ نے فرمایا مجھے ڈر ہے کہ اسے
کوئی بھیڑیا نہ کھا جائے۔ بھائیوں نے کہا اگر ہمارے اتنے لوگوں کے ہوتے ہوئے
اسے بھیڑیا کھا جائے تو پھر بالکل ہی گئے گزرے ہوئے۔ پھر جب وہ انہیں کنوئیں
میں پھینک کر مگر مچھ کے آنسو بہاتے ہوئے گھر لوٹے' تو انہیں اس کے سوا اور کوئی
بہانہ نہ سوجھا کہ یوسفؑ کو بھیڑیا کھا گیا ہے۔

رویائے صادقہ کی دو قسمیں

ابو سعید الواعظ اپنی کتاب ''الکلام'' میں فرماتے ہیں رویائے صادقہ دو قسموں پر
مشتمل ہوتی ہے۔ پہلی قسم میں وہ خواب آتے ہیں جن کا مفہوم واضح طور پر ظاہر اور کسی
قسم کی تعبیر کی ضرورت نہ ہو۔ دوسری قسم ان خوابوں پر مشتمل ہے جن کا مفہوم پوشیدہ ہو
اور تعبیر کے بغیر واضح نہ ہو۔ یہودیوں کا عقیدہ ہے اللہ تعالیٰ بلا کسی واسطہ کے خواب
میں بندے سے مخاطب ہوتا ہے۔ ایسے خواب کے الفاظ واضح ہوتے ہیں اور کسی تعبیر
کی ضرورت نہیں پڑتی۔ بائبل میں ایسے کئی خواب درج ہیں۔

حضور ﷺ پر رویائے صادقہ کی ابتداء

ایک واضح خواب آپ ﷺ نے صلح حدیبیہ سے قبل دیکھا جس کا ذکر قرآن میں آتا
ہے۔ اللہ تعالیٰ فرماتا ہے: لقد صدق اللہ رسولہ الرؤیا بالحق لتدخلن
المسجد الحرام ان شاء اللہ امنین ۔ اللہ نے اپنے نبی کو سچا خواب دکھایا۔ تم انشاء
اللہ مسجد حرام میں امن سے داخل ہو کر رہو گے۔ چنانچہ حدیبیہ سے اگلے سال آپ کا
خواب پورا ہو گیا۔ مسلمان تین روز تک مکہ میں مقیم رہے۔ اطمینان کے ساتھ رسومات
ادا کیں۔ اس دوران میں کفار مکہ اپنے گھروں کو مقفل کر کے مکہ سے باہر چلے گئے تھے۔

تین روز کے بعد معاہدے کے مطابق مسلمان واپس مدینہ آگئے۔

یہ ضروری نہیں ہر سچے خواب کا نتیجہ فی الفور ظاہر ہو جائے۔ بعض اوقات طویل مدت کے بعد تعبیر ظاہر ہوتی ہے۔ امام ابن سیرین رحمہ اللہ کا خیال ہے جو خواب اول شب میں دیکھا جائے اس کا نتیجہ بیس سال کے بعد ظاہر ہوگا۔ حضرت یوسف علیہ السلام نے چاند' سورج اور ستاروں والا خواب دیکھا تھا اس کی تعبیر بیس برس بعد ظاہر ہوئی۔ امام صاحب رحمہ اللہ کے نزدیک خواب اور اس کی تعبیر میں زیادہ سے زیادہ وقفہ بیس سال ہی ہے۔ اس اصول کے مطابق پوری رات بیس سال پر تقسیم ہوگی۔ رات کے جس حصے میں خواب نظر آئے اتنی ہی مدت کے بعد ظاہر ہوگا اور صبح صادق کے وقت دکھائی دینے والے خواب کی تعبیر کم وبیش ایک ماہ تک نکلے گی۔ اگر خواب بالکل دن نکلنے کے قریب دیکھا جائے یا دن نکلتے وقت دیکھا جائے تو اس کا نتیجہ اسی روز یا اس سے اگلے روز نکلنا ممکن ہے۔ امام کرمانی رحمہ اللہ کا قول ہے گہری نیند میں دیکھا ہوا خواب بالعموم سچا ہوتا ہے حضرت جعفر صادق رحمہ اللہ کہتے ہیں قیلولہ کے دوران میں دیکھا ہوا خواب زیادہ سچا ہوتا ہے۔ اسی طرح بعض دوسرے اہل علم کا خیال ہے سحری کے وقت جو خواب دیکھا جاتا ہے وہ زیادہ سچا ہوتا ہے۔

دوسری قسم کے خوابوں کا مفہوم پوشیدہ

دوسری قسم ان خوابوں پر مشتمل ہوتی ہے جن کا مفہوم پوشیدہ ہوتا ہے اور آسانی سے سمجھ میں نہیں آتا۔ پہلی قسم کے خواب بہت شاذ ہوتے ہیں اور عام طور پر پیغمبروں کو یا اللہ کے نیک بندوں کو نظر آتے ہیں لیکن دوسری قسم کے خواب عام ہیں اور کم وبیش ہر شخص کو زندگی میں ایک آدھ سچے خواب کا تجربہ ضرور ہوتا ہے۔ حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ایک مرتبہ حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ سے فرمایا: ابوبکر! میں نے خواب میں دیکھا میں اور تم دونوں سیڑھی پر چڑھ رہے ہیں۔ پھر دیکھا۔ میں تم سے دو سیڑھی آگے نکل گیا!''

حضرت ابوبکرؓ کا خواب کی تعبیر بیان فرمانا

حضرت ابوبکرؓ نے عرض کی میرے خیال میں آپ ﷺ مجھ سے دو سال قبل اللہ سے جاملیں گے اور میں آپ ﷺ کے بعد دو سال سے کچھ اوپر زندہ رہوں گا۔ اسی طرح ایک دوسرے موقع پر حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا میں نے خواب میں دیکھا ایک سیاہ بادل میرے پیچھے پیچھے چلا آرہا ہے اور اس کے پیچھے ایک سفید بادل ہے۔ حضرت ابوبکرؓ نے اس کی تعبیر یہ کی' پہلے عرب آپ کی اتباع کریں گے اور پھر عجم بھی ان کی اتباع میں آپ کے پیچھے آجائیں گے۔

سلمان فارسیؓ کا حضرت ابوبکرؓ کے بارے میں خواب

رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ہجرت مدینہ کے بعد مسلمانوں میں مواخات قائم فرمائی' تو حضرت ابوبکر صدیقؓ کو حضرت سلمان فارسیؓ کا بھائی بنا دیا۔ دونوں اکٹھے رہنے لگے۔ کچھ عرصے بعد حضرت ابوبکرؓ نے محسوس کیا سلمان فارسیؓ کچھ دور دور سے رہنے لگے ہیں۔ آخر ایک روز پوچھ ہی لیا مجھ سے کیا قصور ہوا ہے جو آپ کھچے کھچے رہتے ہیں۔ سلمان نے جواب دیا میں نے خواب میں دیکھا ہے آپ کا ہاتھ گردن سے بندھا ہوا ہے۔ یاد رہے عربوں میں ہاتھ کا گردن سے بندھنا بخل اور کنجوسی پر محمول کیا جاتا تھا۔ حضرت ابوبکرؓ نے جواب دیا یہ خواب تو بہت اچھا ہے۔ اس کا مطلب تو یہ ہوا میری ذات سے تمہیں کوئی گزند نہ پہنچ سکے گا۔ حضرت سلمان فارسیؓ نے رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو اپنا خواب سنایا اور حضرت ابوبکرؓ کی تعبیر بھی بتائی۔ آپ نے فرمایا ابوبکرؓ نے بہت خوب تعبیر کی۔

ابوجہل کا اسلام کے بارے خواب

علمائے تعبیر اس بات پر متفق ہیں کہ یہ ضروری نہیں خواب کا نتیجہ دیکھنے والے کے حق ہی میں نکلے کبھی کبھی اس کا مصداق کوئی بھی بن سکتا ہے۔ ابوجہل نے ایک مرتبہ خواب میں دیکھا اس نے اسلام قبول کر کے محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی غلامی قبول کر لی ہے۔

ظاہر ہے بیدار ہونے پر اس کا عناد اور زیادہ بڑھ گیا ہوگا لیکن اس کے بیٹے عکرمہؓ فتح مکہ کے بعد مسلمان ہو گئے۔ چنانچہ ابو جہل کا خواب اس کے بیٹے کے حق میں پورا ہوا۔ ایسا ہی ایک اور خواب حدیث کی کتابوں میں منقول ہے۔ ایک دفعہ حضرت ام فضل رضی اللہ عنہا جو حضرت عباسؓ بن عبدالمطلب کے نکاح میں رہنے کی بنا پر آپ ﷺ کی چچی لگتی تھیں اور ام المومنین حضرت میمونہؓ کی حقیقی بہن بھی تھیں حضور اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوئیں اور کہنے لگیں یارسول اللہ ﷺ! میں نے ایک برا سا خواب دیکھا ہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا۔ سناؤ تو بھلا وہ ہے کیا۔ عرض کی: یارسول اللہ ﷺ میں نے دیکھا آپ ﷺ میرے حجرے میں تشریف فرما ہیں اور آپ ﷺ کے جسم مبارک سے گوشت کا ایک ٹکڑا کٹ کر میری گود میں گر پڑا۔

حضرت فاطمہؓ کے ہاں بیٹے کی پیدائش

آپ ﷺ مسکرا کر فرمانے لگے: اس کا مطلب یہ ہے فاطمہؓ کے ہاں لڑکا تولد ہوگا اور تم اسے گود میں لوگی۔ کچھ عرصے بعد حضرت فاطمہؓ کے ہاں حضرت سیدنا حسنؓ پیدا ہوئے اور حضرت ام فضلؓ نے انہیں دودھ پلایا اور ان کی کفیل رہیں۔ گویا حضرت حسن حضور اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے جگر کا ٹکڑا تھے۔

حالات کی تبدیلی سے خواب کی تعبیر بدل جانا

علمائے تعبیر کا خیال ہے حالات و کوائف کی تبدیلی سے خواب کی تعبیر بدل جاتی ہے۔ موسم خزاں میں دیکھا ہوا خواب کچھ اور تعبیر رکھتا ہے۔ وہی خواب اگر موسم بہار میں نظر آئے تو اس کا مفہوم مختلف ہوتا ہے۔ ایک مرتبہ ایک شخص امام تعبیر کی خدمت میں حاضر ہوا اور کہنے لگا میں نے خواب میں دیکھا کسی نے مجھے درخت کے ستر پتے دیے ہیں۔ انہوں نے فرمایا تجھے کسی جرم میں ستر درے لگیں گے۔ کچھ عرصے بعد اس سے کوئی ایسا جرم سرزد ہو گیا کہ اس پر حد قائم ہو گئی۔ دوسرے سال پھر اس نے یہی خواب دیکھا اور آپ کی خدمت میں حاضر ہو کر کہنے لگا امسال میں نے پھر وہی خواب دیکھا

ہے۔ انہوں نے فرمایا تجھے کہیں سے ستر ہزار درہم ملیں گے۔ وہ بہت حیران ہوا اور کہنے لگا: حضرت پچھلے سال یہی خواب دیکھا تو آپ نے اس کی تعبیر ستر درے فرمائی اور امسال اسی خواب کی تعبیر آپ ستر درہم فرما رہے ہیں۔ تو آپ نے فرمایا پچھلے سال جب تم نے خواب دیکھا تو اس وقت خزاں کا موسم تھا اور درختوں سے پتے جھڑ رہے تھے۔ اس سال تمہیں خواب نظر آیا، تو درختوں پر نئے پتے آ رہے ہیں۔ اس لئے خواب اگرچہ ایک ہی ہے لیکن اس کی تعبیر مختلف۔

قرأت قرآن سے خواب کی تعبیر

حضور اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے زمانے میں جب کوئی شخص خواب میں کھجور یا شہد دیکھتا، تو اس کی تعبیر حلاوت ایمان اور قرأت قرآن سے کی جاتی کیونکہ دیکھنے والوں کو انہی چیزوں میں مٹھاس محسوس ہوتی اور اگر کوئی کافر خواب میں شہد دیکھتا تو اس کی تعبیر حلاوت دنیا سے کی جاتی۔ اسی طرح خواب دیکھنے والے کے معتقدات، پسند و ناپسند اور احوال و ظروف کو مدنظر رکھ کر خواب کی تعبیر کی جاتی ہے۔ فرمایا گیا قیامت کے قریب مسلمانوں کے خواب مکدر ہو جائیں گے۔ اس کی وجہ یہی معلوم ہوتی ہے کہ ذہنوں کا تکدر خوابوں پر بھی اثر انداز ہوگا۔

خواب میں رونا......اصل میں خوشی

تعبیر منام کا ایک اصول تعبیر بالضد بھی ہے۔ اگر کوئی شخص خواب میں خود کو روتا دیکھے تو اس کا مطلب خوشی لی جاتی ہے اور اگر کوئی اپنے آپ کو ہنستے ہوئے دیکھے، تو اس کا مطلب غم لیا جاتا ہے۔ اسی طرح اگر خواب میں لشکر نظر آئے تو ٹڈی دل کا خطرہ ہوتا ہے اور اگر ٹڈی دل نظر آئے تو اس سے مراد فوج لی جاتی ہے۔ اگر کسی سرد ملک میں برفباری ہوتے دیکھے، تو عمدہ فصل کی توقع ہوتی ہے در اصل خواب عالم بالا کی طرف سے ایک لطیف اشارہ ہوتا ہے۔ اس کی لطافت کو کچھ وہی لوگ سمجھ سکتے ہیں جنہوں نے خود کو کثافتوں سے پاک کر کے مزکی بنا رکھا ہے۔ موٹے دماغ کا آدمی اور گناہوں

کی گندگی سے لتھڑا ہوا شخص لطافتوں کی گہرائی تک نہیں پہنچ سکتا۔ اس لیے امام کرمانی رحمہ اللہ فرماتے ہیں کافر کے مقابلے میں مسلمان کے خواب زیادہ سچے ہوتے ہیں اور جاہل کے مقابلے میں عالم کے خواب۔ علامہ ابن شاہین رحمہ اللہ کا خیال ہے جو شخص دنیا میں جس قدر اہم ہوگا اس کا خواب بھی اسی قدر زیادہ اہمیت کا حامل ہوگا۔ اعیان سلطنت اور عالی منصب حکام کے خواب عام لوگوں کی نسبت زیادہ اہم ہوتے ہیں اور سربراہ مملکت کا خواب تو تمام خوابوں کا سربراہ ہوتا ہے۔

امام ابن سیرین رحمہ اللہ کی خوابوں بارے تعبیرات

امام ابن سیرین رحمتہ اللہ علیہ تعبیر منام کے علم میں بڑی شہرت رکھتے تھے ان کی بتائی ہوئی تعبیرات پڑھ کر انسان ان کی ذہانت وفطانت پر حیران رہ جاتا ہے۔ وہ فوراً تعبیر نہ بتاتے۔ خواب سننے کے بعد بعض اوقات دیر تک اس پر غور وفکر کرتے رہتے اور اگر کسی نتیجہ پر نہ پہنچتے تو صاف کہہ دیتے اس کی تعبیر میری سمجھ میں نہیں آ رہی۔ ایک مرتبہ ایک شخص ان کے پاس آیا اور کہنے لگا میرے ایک دوست نے خواب میں دیکھا مرغی کے بہت سے انڈے ہیں۔ وہ انہیں ایک سرے سے توڑتا ہے' سفیدی نکال کر کھا جاتا ہے اور زردی پھینک دیتا ہے۔ امام صاحب نے فرمایا اپنے اس دوست کو ساتھ لے کر آنا جس نے خواب دیکھا ہے۔ وہ چلا گیا۔ چند روز کے بعد پھر آیا اور کہنے لگا جناب خود مجھے ہی وہ خواب نظر آیا تھا۔ آپ نے اپنے شاگردوں سے کہا۔ اسے جلدی سے پکڑ لو جانے نہ پائے۔ اور پولیس والوں کو بلا لاؤ یہ کفن چور ہے۔ کفن اتار کر لے جاتا ہے اور مردہ باہر پھینک دیتا ہے۔

مال ودولت کی مالک عورت سے نکاح

اسی طرح ایک مرتبہ ایک شخص امام صاحب کے پاس آیا اور کہنے لگا میں نے خواب میں ایک ایسی عورت سے نکاح کیا ہے جس کا رنگ سیاہ اور قد چھوٹا ہے

آپ نے فرمایا جہاں تمہاری شادی کی بات چیت چل رہی ہے وہاں شادی کر لو۔ سیاہ رنگ سے مراد مال ودولت ہے اور چھوٹے قد سے مراد تھوڑی عمر۔ تمہاری بیوی خوب مال ودولت لائے گی' لیکن زیادہ مدت زندہ نہ رہے گی اور تمہیں اس کا مال ورثے میں مل جائیگا۔

☆......☆......☆

خوابوں سے امراض کی تشخیص

جدید ترین سائنسی مطالعہ ثابت کرتا ہے کہ خواب جسمانی بیماریوں کے تشخیصی کمپیوٹر ہیں

صبح کے آٹھ بجے تھے کہ مجھے حقیقتاً ایک عجیب وغریب چیز سے پالا پڑا۔ کیا دیکھتا ہوں کہ میں رات کے وقت ساحل سمندر پر جا رہا ہوں۔ سمندر سے ایک چمک سی نکل رہی ہے اور میرے ننگے پاؤں بھی اندھیرے میں چمک رہے ہیں۔ میری ملاقات اپنے بھائی سے ہوتی ہے جو دوسری طرف سے آ رہا ہے۔ اس نے صبح کا سوٹ پہن رکھا ہے اور اس کی گود میں روتا ہوا بچہ ہے۔ وہ زیادہ دیر خاموش نہ رہ سکا' اس نے بتایا کہ بچہ بیمار ہے اور اس کو اسپتال لے کر جانا ہے۔ میں نے اسے پیچھے سے پکارا' لیکن وہ چلتا رہا اور آخر کار سمندر کی اٹھتی ہوئی لہروں کی سفیدی میں گم ہو گیا۔

بچوں کے ڈراؤنے خواب

ہم اکثر خواب میں ذرا سی دیر کیلئے پاگل پن کا شکار ہو جاتے ہیں۔ یہ حادثہ رات کے کسی وقت بھی پیش آ سکتا ہے۔ بچے رات کو سوتے ہوئے ڈرتے ہیں اور ان کے ڈراؤنے خواب اتنے واضح ہوتے ہیں کہ وہ ڈر کے مارے رونے لگتے ہیں۔ یہ کیفیت اس وقت وارد ہوتی ہے جب نیند گہری ہو اور یہ خواب عموماً بچوں کو جگاتے نہیں۔

دن کے خواب

زیادہ تر خواب اس وقت دکھائی دیتے ہیں جب سوتے ہوئے شعور ابھی نیم بیدار ہوتا ہے (یعنی گہری نیند طاری نہیں ہوتی) نیند کے اس حصے میں آنکھ تیزی سے حرکت کرتی ہے۔ اسے آر ای ایم (ریپڈ آئی موومنٹ) نیند کہتے ہیں۔ ہلکی نیند کا یہ حصہ ہر نوے منٹ کے بعد بار بار پیش آتا ہے' اس میں سونے والے کو بے آرامی سی ہوتی ہے۔ ہم دن کو بھی خواب دیکھتے ہیں وہ بھی اسی طرح نوے منٹ کے وقفوں کے ساتھ

دکھائی دیتے ہیں۔ اگر کسی کو رات کے وقت خوابوں سے محروم کر دیا جائے تو اسے دن کے خواب زیادہ نظر آنے لگتے ہیں۔ ماہرین اس سے یہ نتیجہ اخذ کرتے ہیں کہ خوابوں کا نظر آنا ضروری ہے۔

انسانوں کے چھوٹی عمر کے خواب

بعض جانور مثلاً ڈالفن اور حشرات خوروں کو آر ای ایم نیند طاری نہیں ہوتی۔ ہوسکتا ہے ان کو خواب بھی زیادہ نظر نہ آتے ہوں' لیکن انسان کو یہ چھوٹی عمر ہی سے نظر آنے لگتے ہیں۔ چھ ماہ کا بچہ جو ابھی ماں کے پیٹ میں ہو وہ ایک دن میں پندرہ گھنٹے تک آر ای ایم نیند حاصل کر سکتا ہے۔ پیدائشی نابینا لوگوں کے خواب سمعی قسم کے ہوتے ہیں۔ ان کو یہ بالکل واضح اور اسی طرح پیچیدہ نظر آتے ہیں جس طرح ایک نارمل انسان کو دکھائی دیتے ہیں۔

اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ اگر ان آوازوں اور تصویروں کے معانی ہوتے ہیں جو ہم خواب میں دیکھتے ہیں تو میرا خواب کس چیز سے متعلق تھا؟

میں سوچتا ہوں سمندر ہے' پاؤں ہیں' اندھیرے میں چمک ہے' بیمار بچہ ہے اور میرا بھائی ہے۔ ہوسکتا ہے کہ میں اس کی ہونے والی شادی سے پریشان ہوں' مجھے اولاد نہ ہونے کی وجہ سے پریشانی ہے' یا میں ڈوبنے سے ڈرتا ہوں یا میں اپنے پاؤں کی وجہ سے پریشان ہوں۔

خواب چھپی ہوئی خواہشات کا علامتی اظہار

فرائڈ جو خوابوں کے تجزیوں سے نتائج اخذ کرنے والوں کا پیشرو ہے' اپنی کتاب ''تعبیر رؤیا'' میں جو ۱۹۰۰ء میں شائع ہوئی' کہتا ہے کہ خواب انسان کے لاشعور میں چھپی ہوئی خواہشات کا علامتی اظہار ہوتے ہیں اور ان علامتوں کی توجیہہ کی جاسکتی ہے۔ اس کا یہ نظریہ نیا نہیں۔ آپ کو خوابوں کے واقعات بائبل' ایلیڈ (Illiad) اور اوڈیسی (Odyssey) میں بھی ملیں گے۔ قرآن مجید میں عزیز مصر اور اس کے دو

معتوب درباریوں کے خوابوں کا ذکر ہے جن کی تعبیر حضرت یوسف علیہ السلام نے بتائی تھی۔ دنیا میں قدیم طرز کی ثقافتیں اس بات پر یقین رکھتی تھیں کہ خواب کنایہ (اشارہ) کی صورت میں کسی حقیقت کا اظہار کرتے ہیں۔

لیکن کنایہ پیغام دینے کا ایک نہایت مبہم طریقہ ہے۔ آپ میرے چمک دار پاؤں رکھنے کا ایک مفہوم بیان کر سکتے ہیں' لیکن آپ کا تاثر اس تاثر سے بالکل مختلف ہوگا جو میرے ذہن پر مرتب ہوا کیونکہ میرے نزدیک اس کے معانی کچھ اور ہوں گے' لہٰذا خوابوں کا نتیجہ اکثر وہی نکلتا ہے جیسے قسمت کارڈ (Taret Card) کا ہوتا ہے۔ یعنی خیالات کا ایک ایسا نظام جس کی مدد سے ایک ماہر تعبیرات وہ کچھ بتا سکتا ہے جو آپ اس کے خیال میں سننا چاہتے ہیں۔

فرائڈ کی خوابوں بارے تھیوری

خوابوں کے بارے میں فرائڈ کی ایک اور تھیوری بھی ہے جو اتنی زیادہ معروف نہیں ہوئی۔ وہ یہ ہے کہ خواب جسم کا اپنی بیماریوں سے آپ کو آگاہ کرنے کا ایک طریقہ ہیں۔ یہ نظریہ اتنا ہی پرانا ہے جتنی کہ یہ زمین اور اس کے پہاڑ۔ بیماروں کیلئے پہلا اسپتال شاید قدیم یونان کا اکلیپئس (Acclepius) کا مندر تھا۔ اس اسپتال میں علاج اسی اصول پر ہوتا تھا آپ اپی ڈورس (Epidaurus) جاتے اور وہاں کسی قسم کی دوائی لیتے تو اس کے اثر سے سو جاتے جس کے نتیجے میں آپ کو خواب نظر آتے۔ ان سے پتہ چل جاتا کہ آپ کو کون سی بیماری ہے؟ اس کا علاج کیسے کیا جا سکتا ہے؟ اور اس پر کتنا خرچ آئے گا؟ اس کی کچھ نہ کچھ حقیقت ضرور ہوگی۔

دل کی مریض خواتین اور شوہر کی جدائی

ٹورنٹو یونیورسٹی کے پروفیسر کولن شپیرو نے ایک کتاب ABC of Sleep Disorders (خلل خواب کی مبادیات) لکھی ہے یہ بیان کرتی ہے کہ جن عورتوں کو دل کی بیماری ہوتی ہے ان کو خواب میں شوہر کی جدائی دکھائی

دیتی ہے۔ یہ عموماً دل کے نظام کے خراب ہونے کی علامت ہے' حالانکہ اس کی طبعی علامتیں اتنی خفیف ہوتی ہے کہ مریض ان کو محسوس نہیں کر سکتا۔ بوڑھے لوگ جن کی یادداشت کھونے لگتی ہے ان کو ایسے خواب نظر آتے ہیں جیسے ان کا اسباب کھو گیا ہو۔ یہ خواب پہلے نظر آتے ہیں جب کہ ڈاکٹری طور پر ان کی یادداشت ضائع ہونے کا پتہ بعد میں چلتا ہے۔

خواب دیکھنے کی صلاحیت

جن لوگوں کو پارکنسن کی بیماری ہوتی ہے کبھی کبھی ان کی خواب دیکھنے کی صلاحیت ختم ہو جاتی ہے اور جب ان کا علاج دویامین نامی دوا سے کیا جاتا ہے تو اس کے بعد وہ بالکل واضح خواب دیکھنا شروع کر دیتے ہیں' لہٰذا خواب فی الواقع بتا سکتے ہیں کہ آپ بیمار ہیں یا آپ تندرست ہو رہے ہیں۔ اس سے پہلے کہ آپ شعوری طور پر اس کیفیت کا احساس کریں۔ اس طرح خواب گویا انسانی جسم کا تشخیصی کمپیوٹر ٹھہرتے ہیں۔

لیکن اگرچہ فرض کر لیں کہ یہ سچ ہے' پھر بھی اس نظام کی قدر و قیمت کنایے اور اشارے کی حدود میں آتی ہے۔ کیا سمندر کے پانی کو خواب میں دیکھنے کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ مجھے پیشاب کی تکلیف ہے؟ کیا چمک دار پاؤں دیکھنے کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ وہ ضائع ہو جائیں گے؟ پھر اس بچے کا کیا مفہوم ہے جس کو میرا بھائی اٹھائے ہوئے ہے؟ کیا میں حاملہ ہوں یا وہ ہے؟

خواب آپ کو بیمار کر سکتے ہیں

ایک حقیقت طبی طور ثابت ہے کہ خواب آپ کو بیمار کر سکتے ہیں۔ آر ای ایم قسم کی نیند کا سرور آپ کے جسم میں ایڈرینالین کے دوران کو بڑھاتا ہے' آپ کے بلڈ پریشر کو تیز کرتا ہے اور آپ کی جسمانی حرارت اور سانس لینے کی شرح میں اضافہ کر دیتا ہے۔ اسی طرح خواب آپ پردے کے حملے کا سبب بن سکتے ہیں بلکہ ان کے

نتیجے میں فالج کا حملہ بھی ہو سکتا ہے۔ ایسی خطرناک باتوں کو بھلا دینا ہی بہتر ہے۔

خواب کا کوئی نہ کوئی مقصد تو ہونا چاہئے......

میں شفق میں لیٹا سوچ رہا ہوں کہ فلاں چیز کا کیا مطلب ہے فلاں چیز کا کیا مفہوم ہے؟ ایک خواب جو میرے خواب جیسا واضح اور عجیب ہو اس کا کوئی نہ کوئی مقصد تو ہونا چاہئے۔ کچھ لوگ خوابوں کو تخلیقی عمل کا حصہ سمجھتے ہیں' آئن سٹائن اور گراہم گرین اسی رائے پر یقین رکھتے تھے۔ آئن سٹائن نے اپنے خواب کا اپنے باریک' شکستہ خط میں اس کا اظہار کیا ہے۔ ماہر کیمیادان اگسٹ کیکولے (August Kekule) نے مشہور کیمیائی مرکب بنزین کی حلقی ساخت خواب میں دیکھی۔ بس میں بیٹھے بیٹھے اس نے خواب دیکھا کہ ایک سانپ کنڈلی مارے معلق ہے۔ اتنے میں بس نے موڑ کاٹا اور جھٹکا لگنے سے کیکولے کی آنکھ کھل گئی۔ فوراً ہی اس کے ذہن میں یہ نکتہ آیا کہ بنزین کے مالیکیول کا فارمولا ایک حلقے کی شکل میں ظاہر کیا جا سکتا ہے۔

کہا جاتا ہے کہ ویگنر (Wagner) نے داس رائن گولڈ (Das Rheingold) نامی گیت کی دھن خواب میں حاصل کی۔ معلوم ہوتا ہے کہ وہ نہایت گہری نیند سوتا ہوگا رابرٹ لوئی نے ڈاکٹر جیکل اور مسٹر ہائیڈ کا پلاٹ خواب میں معلوم کیا۔ اس کی بیوی فینی نے اسے بتایا کہ وہ خواب میں چل رہا تھا تو اس نے غصے میں جواب دیا تم نے مجھے جگایا کیوں؟ میں خواب میں ایک عمدہ کہانی دیکھ رہا تھا۔

میرا خیال ہے کہ میں نے جو خواب میں چمک دار پاؤں دیکھے ہیں' اس کا کیا مطلب ہے یہ میں نہیں جانتا۔

خوابوں کے حوالے سے غور کرنا

میں جانتا ہوں کہ جسم انسانی پر خوابوں کے حوالے سے غور کرنا خطرناک ہے' یعنی یہ سمجھ کر کہ ہر چیز کا کوئی نہ کوئی فعل ہوتا ہے' اس پر غور کرنا نقصان دہ ہو سکتا ہے جبکہ ہمیں یہ معلوم ہے کہ بہت سے واقعات محض اتفاق سے پیش آتے ہیں۔ جمائی لینا فطرت

کے ایسے ہی اتفاقات کی ایک مثال ہے۔ بظاہر یہ بہت سے مختلف لیکن اہم اتفاقات کا ردعمل ہے' جن کا تعلق سانس لینے سے ہے' لہٰذا ہو سکتا ہے کہ خوابوں کا مطلقاً کوئی فعل نہ ہو۔ یہ بھی ممکن ہے کہ خوابوں کے افعال بہت سے ہوں لیکن وہ اتنے گڈمڈ ہوں کہ ان کو الگ الگ دیکھنا مشکل ہو رہا ہو۔ ایک ہی خواب میں بہت زیادہ ہو۔ مثلاً ان میں آپ کی صحت کے متعلق پیغام ہو سکتا ہے' تخلیقی نظریات کے ابتدائی افکار ہو سکتے ہیں اور نفسیاتی کباڑ بھی بھرا ہو سکتا ہے۔ پروفیسر ہورن جولف برو (Loughborough) یونیورسٹی میں امور خواب کے ماہر ہیں' ان کا کہنا ہے کہ خواب ایک فلم کی طرح ہو سکتے ہیں جس سے آپ کا دماغ اس وقت تفریح حاصل کرتا ہے جب آپ سو رہے ہوتے ہیں۔ اگر آپ ان گڈمڈ چیزوں کو علیحدہ کرنا چاہتے ہیں تو یہ آپ کا مسئلہ ہے۔ ویسے بستر سے اٹھ کر ناشتا تیار کرنا زیادہ تعمیری کام ہو سکتا ہے۔

☆......☆......☆

خواب نئی حقیقتیں، نئے تجربے

سونے کے گھنٹہ بعد خواب کا پہلا وقفہ

گہری نیند سونے والا جتنی دیر تک خواب دیکھتا ہے، برقی مشین اس عرصے کو دماغی لہروں کے ساتھ ساتھ ایک نقشے میں درج کر دیتی ہے۔ تندرست اور بھلے چنگے آدمی کے خواب کا دور کچھ اس طرح ہوتا ہے ایک گھنٹہ سونے کے بعد خواب کا پہلا وقفہ شروع ہوتا ہے۔ یہ تقریباً دس منٹ تک رہتا ہے، پھر نوے نوے منٹ کے درمیانی وقفوں سے خواب نظر آتے رہتے ہیں جو آدھے آدھے گھنٹے تک جاری رہتے ہیں۔ الیکٹرانک مشین نے ایک اور نتیجے پر پہنچنے میں مدد دی ہے، وہ یہ کہ آنکھیں اس وقت زیادہ تیزی سے بھڑکتی ہیں جب خواب دیکھنے والا خود خواب کے واقعات میں نمایاں حصہ لے رہا ہو۔ اس کے علاوہ پتلیوں کی حرکات سے بھی بہت کچھ معلوم ہو جاتا ہے۔ مثلاً جب پتلیاں اوپر اور نیچے کی طرف حرکت کرتی ہیں تو خواب دیکھنے والے کی نظر کسی عمودی حالت میں متحرک چیز پر ہوتی ہے، اسی طرح ساکن پتلیوں سے معلوم ہوتا ہے کہ خواب دیکھنے والا بہت دور کی چیزیں دیکھ رہا ہے۔

خواب میں واقعات کا سلسلہ

ڈاکٹر کلیمان نے برقی مشین کی مدد سے یہ بات بھی معلوم کی کہ خواب میں واقعات کا سلسلہ اسی رفتار سے چلتا ہے جس رفتار سے وہ بیداری کی حالت میں پیش آتے ہیں۔ اس سے پہلے یہ بات ناممکن خیال کی جاتی تھی۔ خواب عموماً ہلکی نیند میں آتے ہیں۔ خواب بینی کے اس پہلو پر مزید تجربات کرنے کیلئے ماہرین نفسیات نے چند سونے والوں کو اس وقت پانی کے ہلکے ہلکے چھینٹے دے کر جگایا جب وہ خواب دیکھ رہے تھے۔ ان سب نے بتایا کہ ہم خواب میں سمندر، دریا یا تیز بارش دیکھ رہے تھے۔

خواب ذہن کے تابع ہیں

جسم کی اور حرکات کی طرح خواب بھی ذہن کے تابع ہیں۔ انہیں کنٹرول کرنے والا مرکز، ریڑھ کی ہڈی کے عین اوپر حرام مغز کے حصے میں واقع ہے۔ اس کی نشاندہی پہلی بار فرانسیسی ڈاکٹر مچل جودت نے کی۔ جانوروں پر تجربات کے دوران میں انکشاف ہوا کہ حرام مغز کے اس حصے میں دو اعصابی نظام موجود ہیں۔ ایک خواب کے واقعات اور حالات کنٹرول کرتا ہے اور دوسرا خواب دیکھتے وقت جسم اور پٹھوں میں پیدا ہونے والی حرکات اور شدید اینٹھن کو روکتا ہے۔ یہ مرکز اگر ناکارہ ہو جائے یا اپنا فرض ٹھیک طرح سے انجام نہ دے تو نیند میں چلنے پھرنے کی بیماری لاحق ہو جاتی ہے، سونے والے بستر سے اُٹھ کر ادھر ادھر چل کر وہ سب کچھ کرتے ہیں جو انہیں خواب میں نظر آتا ہے۔ ماہرین نے اس سلسلے میں بلیوں پر کئی دلچسپ تجربے کیے۔ برقی آلات کی مدد سے جب بھی اس مرکز کو منجمد کر دیا جاتا 'تو سوئی ہوئی بلی' آنکھیں کھولے بغیر خواب کی حرکات اور واقعات کے مطابق ہوا میں اچھلنے کودنے اوران دیکھنے دشمن پر پنجے مارنے لگتی۔

جانور بھی خواب دیکھتے ہیں

تجربات سے یہ بات ثابت ہو چکی ہے کہ جانور بھی خواب دیکھتے ہیں۔ امراض دماغی کے ڈاکٹر فریڈرک کا کہنا ہے: خواب جانوروں کے لئے قدرتی الارم کا کام دیتے ہیں۔ خواب دیکھنے والا جانور خطرے کا احساس کر کے فوراً چوکنا ہو جاتا ہے اور آنکھیں کھلتے ہی جست لگا کر خطرے کی زد سے دور نکل جاتا ہے۔ خواب نہ دیکھنے والے جانوروں میں یہ تیزی اور پھرتی مفقود ہوتی ہے۔ نیند سے اچانک بیدار ہونے کے بعد ان کے ذہن پر بدستور غنودگی چھائی رہتی ہے۔ چنانچہ وہ آسانی سے حادثے کا شکار ہو جاتے ہیں۔

حواس خمسہ کی غیر موجودگی کا عمل

سائنسدانوں نے یہ حیرت انگیز انکشاف بھی کیا ہے کہ ماں کے پیٹ میں پرورش

پانے والا بچہ بھی خواب دیکھتا ہے۔ ان کا کہنا ہے حواس خمسہ کی غیر موجودگی میں یہ عمل ذہنی نشوونما میں انتہائی اہم کردار ادا کرتا ہے۔ خوابوں کے ذریعے بچے کو پیدائش کے بعد حواس خمسہ سے ٹھیک ٹھیک کام لینے کی صحیح اور ضروری تربیت ملتی ہے۔

خواب غیر ضروری کاموں میں مددگار

روزہ مرہ زندگی میں خواب، اہم کاموں کو غیر ضروری کاموں سے الگ کرنے میں ذہن کی مدد کرتے ہیں۔ ان کی بدولت ذہن میں ایک خاص ترتیب، نظم اور سلیقہ پیدا ہو جاتا ہے۔ انسان کو نئے نئے اور اچھوتے خیالات سوجھتے ہیں اور وہ اپنا کام خوش اسلوبی سے نمٹا لیتا ہے۔ ایک تجربے کے دوران میں ڈاکٹر ہاورڈ نے چند رضاکاروں کو سونے سے پہلے دو تصویریں دکھائیں۔ ایک تصویر ٹوپی کی تھی اور دوسری لنگر کی۔ رضاکاروں نے بیدار ہونے کے بعد جو خواب سنائے، وہ ملاح، سمندر، کشتی اور بحری جہازوں سے متعلق تھے اور ان میں ایک خاص ربط موجود تھا۔ ان کے برعکس یہی تصویریں جب ایسے آدمیوں کو دکھائی گئیں جو خواب دیکھنے کے عادی نہ تھے، تو انہوں نے دو مختلف اور بے سروپا خواب سنائے جن کے واقعات میں باہمی ربط اور تسلسل غائب تھا۔

دوست اور رشتہ دار کا خواب میں حصہ

خواب کے دوران میں رونما ہونے والے ڈرامے کا مرکزی کردار ہماری اپنی ذات ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ دوست اور رشتہ دار بھی اسکی تشکیل میں حصہ لیتے ہیں۔ واقعات کا پس منظر زیادہ تر مقامی اور صورت آشنا ہوتا ہے۔ صرف پانچ فیصد خوابوں میں اجنبی یا مافوق الفطرت ماحول دیکھنے میں آتا ہے۔ پروفیسر کالیون ہال نے دس ہزار خوابوں کا مطالعہ کرنے کے بعد انکشاف کیا، وہ قریب قریب برے خواب تھے۔ چار میں سے تین خوابوں میں مخالفانہ اور معاندانہ روش کا مظاہرہ تھا اور ایک میں لطف و کرم کا۔

خواب شعور اور لاشعور کا پر اسرار کھیل نہیں

خواب کے بارے میں جدید تحقیقات کے جو نتائج اب تک منظر عام پر آئے

ہیں، ان کی روشنی میں یہ بات بلا خوف تردید کہی جاسکتی ہے کہ خواب محض شعور اور لاشعور کا پر اسرار کھیل نہیں رہے۔ حقیقتاً ہمیں اپنے آپ کو ذہنی اور جسمانی طور پر تندرست اور چاق چوبند رکھنے کیلئے ضروری ہے کہ ہم صحت مند خواب بکثرت دیکھتے رہیں۔

☆......☆......☆

خواب......زندگی کے خفیہ پیغامات

بہتر زندگی کیلئے خفیہ پیغامات

جب آپ کسی شخص کو خواب میں مرتے ہوئے دیکھتے ہیں تو اس کی زندگی کے بارے میں فکر مند ہو جاتے ہیں۔ خواب میں کوئی جسمانی آزار پہنچے تو بیدار ہونے پر فوراً جسم کے متعلقہ حصے کا معائنہ کرتے ہیں۔ اگر خواب میں اپنا مکان جلتا ہوا نظر آئے تو جاگتے ہی مکان جل جانے کے وہم میں مبتلا ہو جائیں گے۔

خوابوں سے اپنی ذات کی اصلاح

جدید تحقیقات نے خوابوں کے اس ردعمل اور اس انداز کی تعبیر کو بالکل غلط ثابت کیا ہے۔ عالمی شہرت رکھنے والی ماہر نفسیات ڈاکٹر لورین چیس کا کہنا ہے کہ لوگ خوابوں کی غلط تعبیر کرتے اور ناخوشگوار خوابوں کو بھول جانے کی کوشش کرتے ہیں۔ خوابوں کا حقیقی مقصد اور نوعیت سمجھنے کے بعد آپ خوفزدہ اور پریشان ہونے کے بجائے ان سے حاصل ہونے والی معلومات کی روشنی میں اپنی ذات کی اصلاح کر سکتے ہیں۔

ڈاکٹر لورین نے ان خیالات کا اظہار اپنی تازہ ترین تالیف انسانی معجزہ' فوق التجربہ نفسیات میں کیا ہے۔ یہ کتاب انہوں نے اپنے خاوند کی مدد سے مکمل کی ہے۔

اپنے تازہ ترین مشاہدات کا ذکر کرتے ہوئے ڈاکٹر لورین چیس بیان کرتی ہیں۔

زیادہ تر خواب خصوصاً اچھی طرح یاد رہنے والے زندگی کے کسی ایسے پیچیدہ اور غیر تحلیل شدہ معاملے سے تعلق رکھتے ہیں جسے حل کرنے یا مزید واضح کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ خواب دراصل اہم پیغامات ہیں جو آپ کا تحت الشعور آپ کو زندگی کے حقائق کا سامنا کرنے اور آنے والے خطرات سے آگاہ کرنے کیلئے ارسال کرتا ہے۔

اس موقع پر دو اہم باتیں پیش نظر رہنی چاہئیں۔ پہلی یہ کہ ایک سا خواب دو افراد

کے لئے ایک جیسے معنی نہیں رکھتا۔ دوسری یہ کہ ہر خواب' خواب دیکھنے والے کی اپنی ذات سے تعلق رکھتا ہے۔ گویا وہ آپ کے جذبات واحساسات کی زبان ہے۔

خاتون کو خواب میں اشارہ

ڈاکٹر لورین ایک خاتون کا واقعہ سناتی ہیں۔ یہ خاتون ایک سولہ سالہ لڑکے کی ماں تھی اور اس سے حد درجہ لگاؤ رکھتی۔ خواب میں دیکھتی ہے کہ اس کا بیٹا کفن میں لپٹا مردہ پڑا ہے۔ وہ چپ چاپ کھڑی اسے دیکھتی رہی۔ بیدار ہونے پر اس نے اس خواب کو الہامی سمجھا اور پریشان ہو گئی۔ ڈاکٹر لورین نے اس سے پہلا سوال یہ کیا: آپ نے خواب میں کیا محسوس کیا؟

''میں رنجیدہ تھی لیکن اتنا صدمہ بھی نہیں ہوا جتنا بیٹے کی حقیقی موت پر ہوتا ہے''۔

یہ خواب کا پہلا اشارہ ہے۔ اب یہ بتائیے کہ خواب کے دوران میں ان کی کونسی باتیں ابھری تھیں؟ ان میں سے تین خاص باتیں بیان کیجئے۔ ''کھیل کود کا شوقین' ہنسوڑ اور بے حد زندہ دل' خاتون نے جواب دیا۔ تمہارا اپنے بارے میں بھی یہی خیال ہے''۔ ''ہاں'' یہ کہہ کر مریضہ رونے لگی اور اس نے ہچکیوں کے دوران بتایا: شادی سے قبل میں بھی ایسی ہی تھی''۔

چنانچہ خواب میں مردہ بیٹا اس کے جوانی کے بیتے ہوئے خوشگوار اور پر لطف ایام کی علامت تھا۔

لیکن ہر خواب اس طرح سادہ اور آسان نہیں ہوتا۔ تاہم اس میں نظر آنے والے افراد اور علامات سامنے رکھ کر اپنے آپ سے دریافت کیجئے۔ میں نے خواب میں تین خاص باتیں کیا محسوس کیں یا دیکھیں؟ یاد رکھیے خواب میں پیدا ہونے والے احساسات اہمیت رکھتے ہیں۔ ان میں سے تین خاص باتیں کاغذ پر لکھ لیجئے اور پھر ان کی مدد سے خواب کا تجزیہ کیجئے۔ آپ خواب میں ایسے شخص کو دیکھتے ہیں جو اسکول کے زمانے میں آپ کا ساتھی رہا ہے۔ اب آپ کے سامنے مسئلہ یہ ہے کہ آخر آپ نے اس خاص شخص

کوہی خواب میں کیوں دیکھا جس کے بارے میں آپ نے سوچا تک نہ تھا۔ اصل میں
اس کا تعلق اپنی ذات سے ہے۔ ممکن ہے وہ اسکول کے زمانے کے کسی خاص واقعے کی
طرف اشارہ کرتا ہو جسے آپ بظاہر بھلا چکے ہوں ۔ اب اس شخص کے تین خاص
اوصاف بیان کیجئے جو خواب کے دوران آپ کے ذہن میں پیدا ہوئے ۔ فرض کیجئے وہ
سخت طبیعت اور منفی رجحانات کا حامل تھا۔ تحت الشعور نے کوئی خاص بات آپ کے
سامنے لانے کیلئے اس شخص کو بطور اشارہ استعمال کیا ہے ۔ چنانچہ اس شخص کے تین
خصوصی اوصاف پر غور کیجئے اور اپنی ذات اور تحت الشعور کے درمیان رابطے کی نوعیت
سمجھنے کی کوشش کیجئے ۔ یہ مطالعہ آپ کو باطنی اصلاح خودی کی پختگی اور علم و آگاہی میں
وسعت عطا کر کے آپ کو اپنی شخصیت متوازن بنانے میں مدد دے گا۔

خوابوں سے بیش بہا فوائد

کہا جاتا ہے خواب خدا کی خفیہ زبان ہے۔ اگر ہم باطنی قوت کو تسلیم کر لیں تو ان
خفیہ پیغامات اور اشارات سے بیش بہا فوائد حاصل کیے جا سکتے ہیں۔ ہم ایسے دور میں
جی رہے ہیں جس میں ہر شخص باخبر اور آگاہ رہنا پسند کرتا ہے اور جتنا زیادہ ہم اپنے
ذہن کے دوسرے پہلو باطن یا لاشعور سے رابطہ رکھتے ہیں۔ اتنا ہی زیادہ اپنی ذات کی
حقیقی تصویر ہم پر واضح ہوتی ہے' چونکہ ذہن کے باطنی پہلو پر خارجی دنیا اثر نہیں ڈال
سکتی' اس لئے وہ ہماری ذات کی اصل اور سچی تصویر ہمارے سامنے پیش کر دیتا ہے۔
حقیقت میں ہماری باطنی دنیا ہی ہماری رہبر ہے اور جتنا زیادہ ہم اس سے دور ہوتے
ہیں اتنا زیادہ پریشانیاں' تفکرات اور الجھنیں ہمیں آگھیرتی ہیں۔

دماغی لہریں زیادہ طاقتور اور بہتر

جب ہماری خارجی اور باطنی دنیا کے درمیان تعاون کا راستہ کھل جاتا ہے اور ہم
اپنے باطنی پہلو کا زیادہ استعمال کرنے لگتے ہیں' تو اس سے ہماری دماغی لہریں زیادہ
طاقتور اور بہتر ہو جاتی ہیں۔ اس کا مطلب یہ نہیں کہ ہمیں بری باتوں اور تلخ واقعات

سے سابقہ پیش آنا بند ہو جاتا ہے' بلکہ یہ طریقہ ہمیں ایسی مخفی توانائی فراہم کرتا ہے جس
کی مدد سے ہم اپنی مشکلات' الجھنوں اور دشواریوں کا مثبت انداز میں مقابلہ کرنے
کے قابل ہو جاتے ہیں نہ کہ منفی انداز اختیار کر کے اعصابی تناؤ کا شکار ہو جائیں۔

خواب لانے کے طریقوں کی دریافت

ڈاکٹر لورین اور کنگ نے خوابوں کے مطالعے میں حائل ایک بڑی رکاوٹ بھی دور
کر دی ہے۔ ماضی میں ماہرین نفسیات کو فرد کے خواب دیکھنے کا انتظار کرنا پڑتا تھا۔
اس کے بعد وہ فرد کے جذباتی کردار کو روشنی میں خواب کا مطلب سمجھنے کی کوشش کرتے'
لیکن ڈاکٹر لورین اور اسکے خاوند نے خواب لانے کے کئی طریقے دریافت کیے ہیں
جن میں سب سے اہم مراقبہ ہے ۔ یہ بہت آسان اور سادہ طریقہ ہے آدمی آرام دہ
کرسی پر اطمینان اور سکون سے بیٹھ جاتا ہے تمام تفکرات' پریشانیاں اور خیالات ذہن
سے خارج کر کے خیالات کسی مخصوص نقطے پر مرکوز کرنے سے مراقبہ طاری ہو جاتا
ہے۔ ڈاکٹر لورین زیر مطالعہ یا زیر علاج اشخاص کو کرسی پر بٹھا کر ان کے ذہن سے
خارجی باتوں اور اثرات کو نکال دیتی ہیں اور پھر انہیں یہ تصور کرنے کیلئے کہتی ہیں کہ
گویا وہ بحری جہاز میں سفر کر رہے ہیں۔

یہ بڑی دلچسپ مشق ہے۔ اس حالت میں فرد نہ تو بیدار ہوتا ہے نہ خوابیدہ۔ اس
کیفیت کو ہم جاگتے کا خواب کہہ سکتے ہیں۔ کیونکہ سارے عمل کے دوران فرد اپنے
گردوپیش سے باخبر ہوتا ہے لیکن اس پر مطلق توجہ نہیں دیتا۔

جاگتے میں خواب دیکھنے کے قابل

اب ہر شخص کے ذہن کے افق پر ایک خاص قسم کا جہاز نمودار ہوگا۔ ضروری نہیں کہ
آپ کسی خاص قسم کے جہاز کو اپنے ذہن میں تیار کریں بلکہ اسے قدرتی طور پر خود بخود
ذہن کے پردے پر نمودار ہونے دیں۔ یہ طریقہ بظاہر بہت سادہ ہے لیکن اتنا آسان
نہیں۔ اس کیلئے مسلسل مشق اور کوشش کی ضرورت ہے۔ تب کہیں جا کر آپ جاگتے

میں خواب دیکھنے کے قابل ہوسکیں گے۔ خواب دیکھنے کے بعد آپ سے پوچھا جائے گا۔ آپ نے کس قسم کا جہاز دیکھا؟ اس پر کون سوار تھا اور دوران سفر کیا واقعات پیش آئے؟ کیا منزل مقصود پر پہنچ گئے؟ وغیرہ وغیرہ۔

اس طریقے کو استعمال کرتے ہوئے مطالعاتی گروپ کی ایک ممبر نے خواب دیکھا وہ ایک ننھے منے بحری جہاز پر سوار ہے۔ تھوڑی دیر بعد ایک بہت بڑا جہاز چھوٹے جہاز کے پہلو میں نمودار ہوا۔ اس پر سوار کسی فرد کو وہ نہ دیکھ سکی۔ چند ثانیے بعد بڑا جہاز اچانک غائب ہوگیا۔

خواب کا تجزیہ کرنے کیلئے اس سے تین خاص باتیں پوچھی گئیں جو خواب دیکھنے کے دوران اس کے دل میں پیدا ہوئیں۔ اس نے بیان کیا کہ پہلے اسے تحفظ کا خیال آیا۔ پھر کچھ آرام محسوس ہوا اور بالآخر حسد و رشک کے جذبات پیدا ہوگئے۔

مزید سوالات کے دوران انکشاف ہوا خاتون ایسی جگہ ملازم تھی جو اس کی سماجی حیثیت سے کمتر تھی اور اب اسے اس سے کہیں بہتر اور اچھی جگہ کی پیشکش ہو چکی تھی جس سے اسے اپنا مستقبل بہتر بنانے کے مواقع مل رہے تھے۔ ڈاکٹر لورین کے تجزیے کے مطابق چھوٹا جہاز اس کی موجودہ ملازمت کی علامت تھا اور بڑا جہاز ترقی کے اس موقع کو ظاہر کرتا تھا جس کی اسے پیشکش ہو چکی تھی۔ خواب کے دوران وہ اپنے لاشعور میں یہ اہم فیصلہ کرنے کی کوشش کر رہی تھی اور بالآخر اس نے نیا کام سنبھالنے کا فیصلہ کرلیا۔

لاشعور کی ہمارے خوابوں میں مداخلت

ڈاکٹر لورین کا کہنا ہے، ہر شخص اپنی ذات کے بارے میں زیادہ سے زیادہ جاننا اور باخبر رہنا چاہتا ہے۔ میرا مقصد بھی یہی ہے کہ ایسے طریقے بروئے کار لاؤں جن سے کسی فرد کے باطن یا لاشعور میں جو کچھ موجود ہے وہ اس کے سامنے آجائے۔ وہ اپنی ذاتی مثال دیتی ہیں جس سے لاشعور کی ہمارے خوابوں میں مداخلت کا پتہ چلتا ہے۔ وہ لکھتی ہیں:

''میرے دانت میں درد تھا۔ دندان ساز نے دانت نکالنے کا مشورہ دیا، مگر میں نے اس معاملے کو چند روز پر ٹال دیا۔ ایک روز میں نے خواب میں دیکھا کہ میں نے تکلیف دہ دانت نکال دیا، لیکن اس کے ساتھ دوسرا تیسرا اور چوتھا غرضیکہ ایک ایک کرکے سب دانت نکل آئے۔ اس کا کیا مطلب تھا؟ یہ اشارہ تھا اس طرح کہ پیشتر اس کے کہ دوسرے دانت بھی متاثر ہوجائیں مجھے وہ دانت فوراً اکھڑوا دینا چاہیں''۔

ناخوشگوار خواب بدظنی کا ذریعہ

اکثر ایسا بھی ہوتا ہے کہ کوئی ناخوشگوار خواب آپ کو اپنے کسی دوست یا عزیز سے بدظن کردیتا ہے مثلاً اگر کوئی شخص مسلسل خواب دیکھے کہ اس کا دوست اسے دغا دے رہا ہے، تو وہ اس دوست سے بیزار ہوجائے گا۔ لیکن اگر آپ کے ساتھ ایسا معاملہ پیش آئے، تو دوست سے بدظن ہونے کے بجائے اپنے آپ سے سوال کیجئے۔

''اپنے دوست کے بارے میں میرے اپنے احساسات اور جذبات کیا ہیں؟ اس سے آپ پر انکشاف ہوگا جو کچھ آپ خواب میں دوست کو کرتے دیکھتے ہیں دراصل یہی کچھ آپ اس سے کرنے کی خواہش اپنے دل میں چھپائے بیٹھے ہیں۔ جب آپ اپنے دل سے ان برے خیالات کو نکال دیں گے تو ایسے خواب آنا بھی بند ہوجائیں گے۔

سب سے اہم چیز خوابوں کی درست تعبیر

خوابوں کے بارے میں سب سے اہم چیز خوابوں کی درست تعبیر ہے۔ صحیح تعبیر معلوم کرنے کیلئے ہمیشہ یاد رکھیے کہ ہر شخص خواب میں صرف اپنی ذات اور اپنے کردار کا عکس دیکھتا ہے۔ خواب کا تعلق اس کی اپنی ذات سے ہوتا ہے نہ کہ خواب والے افراد یا اشیاء سے۔

مراقبے کے ذریعے جاگتے میں خواب آپ کو اپنی ذات کے بارے میں مفید ضمنی معلومات فراہم کرتے ہیں، لیکن تعمیری سوچ کے بغیر آپ اس طریقے سے کما حقہ، استفادہ نہیں کرسکتے۔ مراقبہ اور جاگتے میں خواب تو محض ایک طریق کار ہے

اپنی ذات کو سمجھنے کا۔ مشکلات پر قابو پانے زندگی کے مسائل حل کرنے اور اپنی ذات کی اصلاح وتربیت کیلئے آپ کو تعمیری سوچ اور مثبت طرز عمل کی ضرورت ہے۔ صرف اسی صورت میں آپ کی شخصیت بہتر اور متوازن بن سکتی ہے۔

☆......☆......☆

میرے دلچسپ خواب

خواب حیرت انگیز طور پر پورے ہوتے چلے گئے

١٩٣١ء کا واقعہ ہے کہ میں ٹائیفائڈ بخار میں مبتلا ہو گیا جو اکیس دنوں کے بعد اتر اگر چوتھے دن پھر بخار نے آ دبایا۔ طبی اصطلاح میں اسے ایلپس (Elapse) کرنا کہتے ہیں۔ ڈاکٹروں کا خیال ہے کہ اگر ٹائیفائڈ بخار ایک بار اتر کر پھر چڑھ جائے تو انتہائی مہلک ہوتا ہے۔ ایسی صورت میں مریض کے جانبر ہونے کے امکانات کم ہی ہوتے ہیں۔ اس وجہ سے میری حالت انتہائی مخدوش تھی۔ اس وقت میرے معالج سول سرجن تھے جو دراصل میرے افسر اعلیٰ تھے۔ وہ میری بیماری پر از حد متفکر تھے۔ جب میں زندگی اور موت کی کشمکش میں بستر پر پڑا تھا' مجھے رات کے تین ساڑھے تین بجے خواب آیا کہ میرے دونوں ہاتھوں میں میلے کپڑوں کی دو گٹھڑیاں ہیں اور میں نے دوڑ کر ایک تالاب میں چھلانگ لگا دی ہے۔ جب میں تالاب کی تہہ سے اوپر ابھرنے لگا تو دونوں گٹھڑیاں جو پانی میں بھیگ کر بھاری ہو گئی تھیں' مجھے اوپر کے بجائے نیچے لے جانے لگیں۔ یہ دیکھ کر میں نے دونوں گٹھڑیاں پھینک دیں اور اس طرح میں سطح آب پر ابھر آیا۔

خواب خوش آئند مستقبل کی نوید

صبح اٹھ کر یہ خواب میں نے اپنی اہلیہ کو سنایا وہ پڑھی لکھی خاتون تھی میرا خواب سن کر اسے کافی تسلی ہوئی ورنہ وہ میری بیماری کی وجہ سے رات دن روتی رہتی تھی۔ چوتھے روز میرا بخار بالکل اتر گیا مگر اس قدر کمزور ہو گیا تھا کہ مجھے اپنا سر جسم پر بھاری معلوم ہوتا تھا ۔ اس کے بعد مجھے اپنی صحت بحال کرنے میں خاصا وقت لگا اور خدا خدا کر کے اس مصیبت سے چھٹکارا ملا۔ اس طرح میرا یہ خواب خوش آئند مستقبل کی نوید ثابت ہوا۔

خواب زندگی کی عکاسی

خواب درحقیقت ہماری خواہشات' امنگوں اور بعض اوقات ہماری گزری زندگی کی عکاسی کرتے نظر آتے ہیں۔ ہم دن رات جو کچھ سوچتے ہیں ان کا تجربہ ہمارے لاشعور میں محفوظ ہو جاتا ہے۔ پھر جب ہم میٹھی نیند سو جاتے ہیں تو خیالات کا وہی تجربہ ہمارے لاشعور سے نکل کر شعور میں داخل ہو جاتا ہے جو ہمیں خواب کی صورت میں نظر آتا ہے۔

خواب مستقبل کیلئے پیش گوئی

بالعموم خواب مستقبل کیلئے پیش گوئی کرتے نظر آتے ہیں مثلاً آپ چاہتے ہیں کہ اپنے لئے ایک عمدہ مکان بنائیں اور اس میں آرام وسکون سے زندگی بسر کریں۔ جب یہ خیال آپ کے لاشعور سے نکل کر شعور میں داخل ہوگا' آپ کو خواب میں ایک عمدہ مکان دکھائی دے گا۔ اور اسی طرح آپ کو دوسری خواہشات بھی خواب میں پوری ہوتی نظر آسکتی ہیں۔

جن لوگوں نے خواب کے متعلق کچھ چھان پھٹک کی ہے ان کی رائے کے مطابق جو خواب ہمیں اڑھائی تین بجے کے لگ بھگ نظر آتے ہیں' ان کی کچھ نہ کچھ تعبیر ضرور ہوتی ہے۔ ایسے خواب ہماری زندگی کے روزمرہ پر کافی اثر انداز ہوتے ہیں۔

خواب میں ہونیوالے واقعات کی تعبیر

اگر آپ کے اوپر کوئی مصیبت پڑنے والی ہو تو ہو سکتا ہے آپ کو اس قسم کے خواب آنے شروع ہو جائیں جیسے آپ پر ایک پھن دار سانپ حملہ آور ہو رہا ہے۔ اس وقت اگر آپ نے ہمت سے کام لے کر اس کو ٹھکانے لگا دیا تو سمجھ لیجئے اس مصیبت سے بچ نکلے۔ اسی طرح اگر خواب میں یہ دیکھیں کہ تالاب یا نہر میں نہاتے ہوئے آپ ڈوب گئے ہیں تو سمجھئے آپ کے اوپر کڑا وقت آنے والا ہے جو آپ کو گوناگوں مصیبتوں میں ڈال دے گا۔

خواب مستقبل کی تمہید

بعض خواب مستقبل کی تمہید ہوتے ہیں۔ پچھلے سال کا ذکر ہے مجھے ۳ بجے خواب آیا کہ

میں ایک ہاتھ میں چھتری پکڑے ڈبل سٹوری ستون پر کھڑا ہوں اور ہوا کے ایک تیز جھونکے سے چھتری میرے ہاتھ سے چھوٹ کے دور جا گری ہے۔ اس ہڑبڑاہٹ میں میری آنکھ کھل گئی۔ گھڑی دیکھی تو معلوم ہوا کہ ۳ بج کر پانچ منٹ ہوئے ہیں۔ میں نے یہ خواب کسی کو سنایا نہ اس کی تعبیر پوچھی۔ اپنی عقل سے یہ نتیجہ نکالا کہ جلد یا بدیر میرے چھوٹے بیٹے کے بیوی بچے جن کے ساتھ میں رہ رہا تھا' مجھ سے جدا ہو جائیں گے۔ میرا اندازہ سو فیصد درست نکلا۔ ایک ماہ کے بعد میری بہو اپنے چاروں بچے لے کر دنیا سے کوچ کر گئی اور ہم دونوں یعنی مجھے اور میرے بیٹے اشرف کو دنیا میں بے یار ومددگار چھوڑ گئی۔

چودہویں صدی کی آمد

مجھے پچھلے دسمبر میں خواب آیا کہ چودہویں صدی آ گئی ہے۔ جسکے متعلق مدت سے کہا جا رہا تھا کہ اس میں قیامت آ جائیگی اور یہ دنیا روئی کے گالے کی طرح اڑ جائے گی۔ میں نے خواب ہی میں اللہ تعالیٰ سے دعا مانگی کہ اے وحدہٗ لاشریک' میری کم از کم ایک نسل کو تو اپنی خوبصورت دنیا دیکھ لینے دے' پھر قیامت برپا کر لینا۔

بات آئی گئی ہوئی۔ دس بارہ دنوں کے بعد اخبار میں کیا دیکھتا ہوں کہ ایک نہایت تیز رفتار سیارہ جو ہماری دنیا سے سینکڑوں گنا بڑا تھا، زمین سے ٹکرانے ہی والا تھا مگر صرف چند سیکنڈ کی دوری سے دوسری طرف مڑ گیا۔

یہ خبر پڑھ کر میری حیرت کی انتہا نہ رہی اور میں نے اسی وقت اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا کہ تو نے اس ناچیز کی دعا قبول کر لی۔

بزرگ کا خواب میں موت کے بارے میں بتانا

چند روز ہوئے ایک بزرگ میرے خواب میں آئے جو سرتاپا سفید کپڑوں میں تھے اور مجھ سے گویا ہوئے: ''تم موت سے ڈرتے ہو؟'' میں نے عرض کیا کہ نہیں۔ انہوں نے پھر فرمایا: ''نہیں'' ڈرتے ہو۔ دیکھو میں تمہیں بتلاتا ہوں کہ موت کیا ہے۔ اس کے بعد انہوں نے مجھے سیدھے لیٹ جانے کا حکم دیا۔ ان کے حکم کے مطابق میں

سیدھا لیٹ گیا۔ پھر فرمایا کہ دونوں ہاتھ اور پاؤں ملالو۔ میں نے اس حکم کی بھی تعمیل کر دی۔ پھر کہا تیار ہو جاؤ۔ اس کے بعد ایک بجلی کی سی رو میرے پاؤں کے انگوٹھے سے شروع ہو کر سر میں سے نکل گئی۔ انہوں نے فرمایا: ''یہ موت! دیکھ لی تم نے؟'' میں نے عرض کیا: ''میں تو زندہ ہوں''۔ وہ بولے: ''نہیں تم مر چکے ہو''۔

اس کے بعد کیا دیکھتا ہوں کہ میں آسمان پر ستاروں کے درمیان تیر رہا ہوں اور میرے چاروں طرف بے شمار ستارے ہی ستارے ہیں۔

پھر میری آنکھ کھل گئی۔ وقت دیکھا ساڑھے تین بجے تھے۔ بہت دیر تک سوچتا رہا مگر کچھ سمجھ میں نہ آیا کہ یہ خواب کس بات کی نشان دہی کر گیا ہے۔

کچھ ایسا ہی واقعہ مجھے ایک دفعہ دلی میں پیش آیا تھا۔ ان دنوں میں بسلسلہ ملازمت دلی میں تھا اور سبزی منڈی میں کرائے کے مکان میں رہتا تھا۔ میرے ساتھ بچوں کے علاوہ میرے چھوٹے بھائی عبدالمجید بھی تھے جو حال ہی میں آرڈننس فیکٹری واہ سے بطور فورمین ریٹائر ہوئے ہیں۔ میرے ماموں زاد بھائی عبدالیامین بھی ہمارے ساتھ مقیم تھے۔ ہماری رہائش لال مسجد کے بالکل سامنے تھی اور وہاں سے ہندوؤں کا محلہ شروع ہو جاتا تھا۔

مکان چھوڑ دو...... ورنہ قتل کر دیئے جاؤ گے

۸ اگست ۱۹۴۷ء کا واقعہ ہے۔ میں تمام رات چار پائی پر بیٹھا رہا کیونکہ اس وقت دہلی میں مسلمانوں کا قتل عام ہو رہا تھا اور ڈر تھا کہ کہیں کوئی حملہ نہ ہو جائے۔ میرے بھائی اور بچے سب سو رہے تھے۔ تقریباً ۴ بجے مجھ پر کچھ غنودگی سی طاری ہوئی اور میری آنکھ لگ گئی۔ مجھے سوتے ہوئے پندرہ بیس منٹ ہی گزرے ہونگے کہ ایک بزرگ سر تا پا سفید کپڑے پہنے میری چار پائی کے پاس تشریف لائے اور مجھے بازو سے پکڑ کر چار پائی پر بٹھا دیا۔ پھر فرمایا کہ مکان فوراً چھوڑ دو ورنہ قتل کر دیئے جاؤ گے۔

ان دنوں دہلی میں ۸۶ گھنٹہ سے کرفیو لگا ہوا تھا جو صرف صبح کے وقت ۶ سے ۸ بجے تک ضروریات زندگی خریدنے کیلئے کھلتا تھا۔ چونکہ میں نے پاکستان کیلئے آپٹ

(Opt) کیا ہوا تھا' ہمارا سارا سامان بک ہو چکا تھا۔ صرف (۴) اٹیچی کیس ساتھ تھے۔ اب جس طرح ان بزرگ نے مجھے اٹھایا تھا اسی طرح میں نے سب کو اٹھا کر چار پائی پر بٹھا دیا۔ اس وقت ۵ بج چکے تھے۔ کہا کہ سب لوگ فوراً اٹیچی کیس اٹھاؤ اور سیڑھیوں میں بیٹھ جاؤ۔ جونہی کرفیو کھلے ہمیں یہاں سے روانہ ہو جانا ہے۔ میرا ارادہ جامع مسجد کے قریب بھائی یامین کے ایک دوست کے ہاں جانے کا تھا کیونکہ اس جگہ سب مسلمان آباد تھے اور وہاں فکر کی کوئی بات نہ تھی۔

مکان چھوڑتے ہی حملہ ہو گیا

جامع مسجد دہلی سبزی منڈی سے سات میل کے فاصلے پر تھی۔ اس دوری کو ملحوظ رکھتے ہوئے میں نے تین ٹانگے لئے اور انہیں تیز تیز چلنے کی تاکید کی کیونکہ دو گھنٹے کے اندر اندر ان کا واپس پہنچنا ضروری تھا۔ جب ہم جامع مسجد پہنچے تو افواہ پھیل گئی کہ سبزی منڈی پر حملہ ہو گیا ہے اور وہاں سینکڑوں لوگوں کو ہندو غنڈوں اور فوجیوں نے گولیوں سے بھون ڈالا ہے اور جس مکان میں میں رہتا تھا اسے آگ لگا دی گئی ہے۔ میں نے خدا کا شکر ادا کیا کہ ان بزرگ کی فراہم کردہ بروقت آگاہی سے ہماری جانیں بچ گئیں۔

چوٹیوں سے اڑنے کا مزہ

بچپن اور جوانی میں مجھے ہوا میں اڑنے کے خواب خوب آتے تھے۔ میں تاہن میں رہا کرتا تھا۔ یہ جگہ ایک پہاڑ کی چوٹی پر آباد ہے۔ خواب میں ان پہاڑوں کی چوٹیوں سے اڑنے کا مزا خوب آیا کرتا تھا۔ اس زمانے میں مجھے ایک دفعہ بہت خوبصورت خواب نظر آیا۔ خواب یہ تھا کہ میں اڑتے اڑتے چار منزلہ مکان کی چھت پر اترا۔ مکان کی چوتھی منزل پر پانی کا ایک خوبصورت حوض تھا جس کے چاروں طرف سفید چاندی کا جنگلا لگا ہوا تھا۔ میں چھت سے سیڑھیاں اتر کر صحن میں حوض کے پاس آ گیا۔ حوض کے چاروں طرف چھوٹے چھوٹے چار کمرے تھے۔ جب میں نیچے اترا تو چاروں کمروں میں سے ایک ایک لڑکی باہر نکلی اور میرے قریب آ کر کھڑی ہو گئی۔ چاروں لڑکیاں اس قدر خوبصورت تھیں کہ ان کی

خوبصورتی کو لفظوں میں ڈھالنے کیلئے الفاظ میسر نہیں۔ سمجھ لیجئے کہ جیسے کوہ قاف کی پریاں ہوں۔ میرے پاس آتے ہی وہ مجھ سے کہنے لگیں کہ تم بغیر اجازت یہاں کیوں آئے۔ میں نے بتایا کہ میں تو اڑتے اڑتے یہاں اترا ہوں۔ مجھے کیا پتہ تھا کہ آپ یہاں رہتی ہیں۔ میرے اس جواب پر وہ حیران ہو کر کہنے لگیں: ''لڑکے! تم اڑتے بھی ہو؟ ہمیں دکھاؤ کیسے اڑتے ہو''۔ میں نے کہا کہ چھت پر چلو۔ وہ چاروں دوشیزائیں میرے ساتھ چھت پر آئیں اور میں وہاں سے محو پرواز ہو کر آسمان پر چلا گیا۔ اس کے بعد میری آنکھ کھل گئی۔ ان لڑکیوں کی شکل وصورت مجھے اب تک کچھ کچھ یاد ہے۔ وہ چاروں گلابی اور فیروزی ساڑھیوں میں ملبوس پریوں کو مات کر رہی تھیں۔ جنت کی حور لگتی تھیں۔ واللہ اعلم۔ لہٰذا ساٹھ پینسٹھ سال گزرنے کے باوجود یہ میرے حافظے میں اب تک محفوظ ہے۔

آٹھ نو انچ موٹا سرخ رنگ کا رول

چند روز ہوئے مجھے خواب آیا کہ آٹھ نو انچ موٹا سرخ رنگ کا رول زمین سے سات آٹھ فٹ اونچا ایچ (H) کی شکل میں فکس ہے اور میں اس سے چمٹ کر گھوم رہا ہوں۔ یہ خواب میں نے کسی کو بتایا نہ کسی سے اس کی تعبیر دریافت کی۔ جہاں تک میں سمجھتا ہوں' اس کا یہ مطلب ہوسکتا ہے کہ میں دنیا کے جھمیلوں سے بچ بچا کر اپنی روش پر گامزن رہونگا یا کسی خوبصورت دنیا کی سیر کرونگا۔ واللہ علم۔ اس خواب کے اثرات ابھی تک مجھ پر ظاہر نہیں ہوئے۔

کوئی نیند ایسی نہیں جس میں خواب نہ آتے ہوں

کچھ لوگوں کا خیال ہے کہ ۷۰ سال کی عمر کے بعد انسان کو خواب نظر نہیں آتے۔ یہ خیال بالکل لغو اور غلط ہے میری عمر اس وقت ۸۴ سال ہے مگر کوئی نیند ایسی نہیں گزرتی جس میں مجھے خواب نہ آتے ہوں۔ صبح اٹھ کر اپنے حافظہ پر زور دے کر دہراتا ہوں تو وہ مجھے یاد ہو جاتے ہیں۔

اس طرح کا ایک خواب اور سن لیجئے۔ خواب یہ تھا کہ میں بیری کے ایک درخت

پر چڑھا ہوا ہوں اور ٹہنیوں سے میٹھے میٹھے بیر توڑ توڑ کر کھا رہا ہوں۔ اتنے میں اوپر سے ایک سانپ میری طرف لپکا۔ اسے دیکھ کر میں نے فوراً درخت سے چھلانگ لگا دی اور چھلانگ لگاتے ہی میری آنکھ کھل گئی۔ دیکھا کہ میں سیدھا لیٹا ہوا ہوں اور دایاں ہاتھ میری چھاتی پر ہے۔ شاید دل پر کچھ اثر انداز ہو رہا ہوگا جس کی وجہ سے یہ ڈراؤنا خواب آیا۔

چار پانچ سال کا ذکر ہے کہ میں اپنے بھائی شیخ عبدالستار زاہد ایڈووکیٹ کے مکان پر اوپر کی منزل میں سویا کرتا تھا۔ ایک رات میں ۱۲ بجے تک ایک کتاب کا مطالعہ کرتا رہا پھر بلب بجھا کر سونے لگا۔ بمشکل تین چار منٹ گزرے تھے کہ مجھے آواز آئی کہ جیسے کسی نے دیوار پر زور سے مکا مارا ہو۔ آواز سن کر میں نے فوراً بلب جلایا اور اٹھ کر سارے کمرے کی تلاشی لی' پھر باہر نکل کر برآمدے کو دیکھا بھالا مگر مجھے کچھ نظر نہ آیا۔ میں پھر سو گیا اور بلب بھی بجھا دیا۔ دو منٹ کے بعد پھر وہی مکا مارنے کی آواز آئی اور ساتھ ہی آواز آئی۔

''تم پھر سو گئے!'' میں نے کہا تھک گیا ہوں' اب آرام کرنا چاہتا ہوں۔ اس کے ساتھ ایک سایہ سا اپنے ساتھ چارپائی پر بیٹھتا ہوا محسوس ہوا۔ اس نے کہا: ''وہ کام کب کرو گے''؟ میں نے پوچھا کون سا؟ اس نے جواب دیا'' وہی جو تم سوچ رہے ہو''۔ میں نے جواباً کہا: ''انشاء اللہ ضرور کرونگا مگر میں موقع کے انتظار میں ہوں''۔ میرے اس جواب پر وہ مطمئن ہو گیا اور پھر میں سو گیا۔

میں یہاں ایک عجیب وغریب واقعہ کا ذکر کرنا ضروری سمجھتا ہوں۔ وہ کچھ یوں ہے کہ کوئی دو سال کا ذکر ہے کہ میں اپنے گھر کے نچلے صحن میں بیٹھا تھا۔ میرے پاس ہی دوسری کرسی پر مصطفیٰ بٹ آ کر بیٹھ گئے۔ یہ صاحب میرے پڑوس میں ٹیلر ماسٹر تھے اور ان سے میری کافی علیک سلیک تھی وہ حقے کے بہت شوقین تھے۔ اس وقت خدا جانے میرے دل میں کیوں یہ خیال آیا کہ اس وقت ماسٹر جی میرا حقہ نہ پئیں تو بہتر ہے مبادا

ان پر کوئی ''مصیبت ٹوٹ پڑے''۔

حقے کا کش لگاتے ہی ہارٹ فیل ہوگیا

اتفاق سے اسی وقت مجھے کچھ پیاس محسوس ہوئی اور میں نے اوپر سے ایک بچے کو پانی لانے کیلئے کہا۔ جب پانی آگیا تو میں پانی پینے لگ گیا اور حقہ میں نے پہلے ہی دوسری طرف رکھ دیا تھا۔ اس اثنا میں ماسٹر جی نے حقہ اٹھایا اور کش لگانا شروع کیا۔ مشکل سے انہوں نے کش لگایا ہی تھا کہ ان کا ہارٹ فیل ہوگیا اور وہ پیچھے کی طرف کرسی پر لڑھک گئے ۔ میں نے ان کی چھاتی پر ہاتھ رکھ کر دیکھا تو معلوم ہوا کہ دل بالکل خاموش ہو چکا ہے۔ ان کی اس ناگہانی موت سے میں ازحد پریشان ہوا۔

اس وقت ان کی عمر ۴۰۔۴۵ کے لگ بھگ تھی اور صحت بھی بہت اچھی تھی۔ خیر' میں نے ان کے گھر والوں کو اطلاع بھجوادی جوان کی لاش کو اٹھا کر لے گئے۔

ان کے گھر والوں سے پوچھنے پر معلوم ہوا کہ اس سے پہلے انہیں کبھی بھی دل کا عارضہ نہیں ہوا تھا۔

ان کی لاش لے جانے کے بعد مجھے بیری والے خواب کا خیال آیا جو چند روز پہلے مجھے آیا تھا کہ شاید وہ خواب اس واقعہ کا پیش خیمہ ہو۔ اللہ تعالیٰ بہتر جانتا ہے۔

الغرض خوابوں کا کچھ نہ کچھ اثر ضرور ہوتا ہے۔

☆......☆......☆

خوابوں کی عجیب دنیا

زمانہ قبل تاریخ میں اپنے نقطہ آغاز سے ہی انسان خواب دیکھتا رہا ہے۔ اس میں شک نہیں کہ سونے کے دوران اور بسا اوقات بیداری میں انسان کو اپنے روحی وجود کا شعور رہا ہے اور اسی شعور نے روح کا اولین تصور اور متعدد مذہبی و دیگر عقائد پیدا کئے ۔ یہ روح یا بھوت انسان کے نارمل جسم سے بالکل کوئی جدا شے تھی۔ درحقیقت یہ شے سونے کے دوران جسم چھوڑ سکتی تھی اور شاید طبعی موت کے آخری خلا میں بھی زندہ رہتی تھی۔ اس لئے جیسا کہ جیمس فریزر نے اپنی کتاب ''شاخ زریں'' The Golden Bough) میں بیان کیا ہے کہ اگر زندگی کا مطلب جسم میں روح کی موجودگی ہے تو نیند کا مطلب جسم میں روح کی عارضی غیرہوا اور موت کا مطلب مستقل غیاب روح ہوا۔

خواب مستقبل کی پیشگوئی کرتے ہیں

انسانیت کا قدیم ترین عقیدہ ہے کہ خواب مستقبل کی پیشگوئی کرتے ہیں۔ مثال کے طور پر دنیائے قدیم میں آشوری، مصری، یونانی، اور یہودی یہ عقیدہ رکھتے تھے کہ خواب فرشتوں کے مستقبل نما پیغام ہوتے ہیں۔ انجیل خوابوں کا ایک بڑا ماخذ ہے، خاص طور پر عہد نامہ قدیم ، جبکہ عہد جدید میں بھی پیش گوئی والے خوابوں کا خاصا بڑا حصہ موجود ہے مثلاً حضرت یوسف علیہ السلام کے خواب۔

خوابوں کی مبہم تمثیلات کا قابل فہم ترجمہ

اس عہد میں کاہن نمایاں مقام رکھتے تھے۔ ان کا کام خوابوں کی مبہم تمثیلات کا قابل فہم پیشین گوئیوں میں ترجمہ کرنا تھا۔ ان کی تعبیرات بعد میں تحریری شکل میں ''خواب نامے کہلائے''

یہ بھی علم نجوم کی طرح آج تک سوسائٹی میں مقبول ہیں۔ ایسی ہی ایک کتاب میں مذکور ہے کہ خواب میں آگ دکھائی دینا اس بات کی علامت ہے کہ کوئی اہم چیز جلد آنے والی ہے۔ خوابوں میں پیش بینی ایک سنجیدہ پہلو رکھتی ہے اور اس کا ایک بہت بڑا دستاویزی ذخیرہ سوسائٹی برائے روحی تحقیقات، لندن اور نیویارک کے کارڈ پر ہے۔ یہ بات اور ہے کہ ان پیش بینی کے واقعات کو ٹیلی پیتھی یا غیب دانی یا ادراک ماورائے حس میں سے کس فن کے ذیل میں شمار کیا جائے۔ یہ مسئلہ نزاعی ہے۔

تعبیر خواب کے فن میں انقلاب

۱۹ ویں صدی کے اواخر میں مادہ پرستی کے فروغ کی وجہ سے خوابوں کی متصوفانہ خصوصیات کو زیادہ سے زیادہ شبہ کی نظر سے دیکھا جانے لگا۔ آخر کار بیسویں صدی کے شروع میں سگمنڈ فرائڈ نے تعبیر خواب کے فن میں انقلاب پیدا کر دیا۔ فرائڈ وائنا ورسٹی میں عصبیات (Neurology) کا پروفیسر تھا۔ وہ ہسٹریا اور خللِ اعصاب (Neurosis) کے امراض کا ماہر خصوصی تھا۔ اسکی کتاب ''خوابوں کی تعبیر (Die Tra Dueutung) ۱۹۰۰ء میں شائع ہوئی۔ اس میں سارا زور جنسی اشاریت پر تھا۔ اس تصور نے طبی دنیا کو خوابوں کے تجزیے اور تحلیل نفسی کی راہ دیکھائی۔

فرائڈ کو مخالفتوں کا سامنا

جیسا کہ تمام متجددین کو عوام کے تمسخر اور تشکیک کے طوفان کا سامنا کرنا پڑتا ہے، فرائڈ کو بھی مخالفتوں کا سامنا ہوا۔ خاص طور پر اس وجہ سے کہ اس کے خیالات نے اس زمانے کے اخلاق عامہ کو غضب ناک کیا اور خواب جیسی بے حقیقت شے کو سائنس کا مرتبہ دیا۔ ان شدید مخالفتوں کے باوجود اس کے نظریات برقرار رہے اور دوسرے ماہرین نفسیات نے خوابوں کے مسئلے پر سنجیدگی سے اور سائنسی نقطہ نظر سے توجہ دی، لیکن انھوں نے فرائڈ کے نظریات پر حاوی جنسی تمثیلیت کو مسترد کر دیا۔

خواب......الیکٹرطونی معموں میں

آج فرائڈ کی اس کے نمایاں کارنامے کی وجہ سے عزت کی جاتی ہے اور اسکے نظریات کا اثر ابھی باقی ہے، اگرچہ تحلیل نفسی کے جنسی پہلو کو بیشتر حالات میں ترک کر دیا گیا ہے۔ گزشتہ عشروں میں خواب کا معاملہ دنیا کے الیکٹرطونی معموں میں پہنچ گیا ہے۔ جہاں سائنسداں دماغی برق نگاری (E'lectro Encephalography) کی تکنیک کے ذریعہ سے خوابوں کے تکاثر اور دورانیے کو دماغی لہروں اور گردش چشم کی پیائش کر کے معلوم کر لیتے ہیں۔

نیند دوری کیفیت میں رونما ہونے کا عمل

ریکارڈ کے مطابق نیند قدرتی طور پر دوری کیفیت (Cyclic Order) میں رونما ہونے کا عمل ہے۔ نیند ایک گھنٹے یا اس سے زیادہ وقفوں کی لہروں کی شکل اختیار کر لیتی ہے۔ یہ لہریں پہلے لاشعور میں اترتی ہیں پھر شعور کی سطح کے قریب اُبھرتی ہیں۔ نیند کی سب سے پہلی لہر گہری ہوتی ہے۔ باقی لہریں رات بھر نسبتاً ''اتھلی'' ہوتی جاتی ہیں۔ ہر لہر کی چوٹی پر خواب رونما ہوتے ہیں اور یہ خواب دس منٹ سے لے کر آدھے گھنٹے تک جاری رہتے ہیں چوں کہ بغیر مداخلت والی نیند میں ایسی چار یا پانچ لہریں آتی ہیں اس لئے ہم رات بھر میں چار یا پانچ خواب دیکھتے ہیں۔ درحقیقت ہماری زندگی کا بیس فیصد حصہ خوابوں میں گزرتا ہے۔

تمثیلی مناظر کہاں سے آتے ہیں؟

اس سائنس سے بڑے عمدہ انکشاف ہوئے ہیں۔ لیکن خوابوں میں پیش بینی یا مستقبل بینی کا مسئلہ نظر انداز کر دیا گیا۔ شاید اسے غیر سائنسی قرار دیا گیا ہے۔ ہم آج بھی ٹھیک ٹھیک نہیں جانتے کہ خواب کیا ہے؟ تمثیلی مناظر کہاں سے آتے ہیں؟ وہ ایک دوسرے سے مربوط اور جدا کیسے ہوتے ہیں؟ ہم خواب کیوں دیکھتے ہیں؟ اور

اپنی بیداری کی زندگی میں شدید مصروفیات کے باوجود سوتے وقت بہ ظاہر اور بے مقصد اور غیر عقلی شغل میں کیوں مصروف ہو جاتے ہیں؟

ان سوالات کے جوابات کے لیے ہمیں جے۔ ڈبلیو۔ ڈیون کی تصانیف یاد آتی ہیں جو بڑا منفرد نظریہ ساز اور تجربہ کار تھا۔ اُس نے تنہا اپنی زندگی خواب اور پیش بینی کے عملی تجزیے میں لگادی اور اس مشغلے کے ذریعہ سے غیر ارادی طور پر اس نے زماں ومکاں اور شعور کا ایک نیا علم تخلیق کیا۔ اسے وہ تسلسلیت (Serlalism) کا نظریہ کہتا تھا۔

اس نظریہ کی تفصیلات جب اس نے ۱۹۲۰ء کے عشرے میں شائع کیں تو خاصا تہلکہ مچ گیا۔ افسوس کہ اب رجعت قہقری کی بنا پر اس کی غیر معمولی جدوجہد کو نظرانداز کر دیا گیا ہے اور اسے کوئی وزن نہیں دیا جاتا۔ یہ رویہ بڑا ناقابل فہم ہے، کیوں کہ ڈیون نے اپنے نظریات وانکشاف کی جانچ کو پڑتال کے لیے عوامی سطح پر آسان سائنسی تجربات کے اصول وقواعد بھی وضع کر دیے تھے۔

آئن سٹائن کے نظریہ اضافیت

ڈیون جہاز سازی کا انجینئر تھا۔ اس بنا پر وہ پیشہ ور ماہر نفسیات یا فلسفی تسلیم نہیں کیا گیا اور اسی وجہ سے اس کے کام کا سنجیدگی سے نوٹس نہیں لیا گیا۔ علاوہ ازیں اس کا نظریہ تسلسلیت اس زمانے کے سائنسی طریق کار سے متصادم ہو گیا جو پہلے ہی سے طبیعیات میں نئے تصورات اور آئن سٹائن کے نظریہ اضافیت کی وجہ سے درہم برہم ہو رہا تھا۔ اس نے چار کتابیں لکھیں۔ پہلی کتاب کا نام ''وقت کے ساتھ ایک تجربہ'' تھا۔

اس میں بہت سے توسیعی لیکچروں میں اس نے اپنے نزاعی موضوع ..... ''پیش بینی'' .... کو توضیحات اور تجربات کے ذریعے سے پیش کیا اور یہ نتیجہ اخذ کر دکھایا کہ کائنات کی روح یا اللہ کا وجود ثابت ہے۔ یہ روح یا اللہ تمام ذی حیات مادوں کی زندگی ہے۔ یہ تصور تمام تر مذہب یا تصوف کے سہارے کے بغیر صرف سائنس اور ریاضی کی اصلاحات میں بیان کیا گیا ہے۔

ڈیون کے خوابوں کا ناقابل تردید عنصر

اس کا آغاز اس طرح ہوا کہ ڈیون کے ریکارڈ کیے ہوئے خوابوں میں سے کچھ میں پیش بینی کا ناقابل تردید عنصر تھا۔ ڈیون نے یہ دعویٰ کیا کہ پیش بینی غیر معمولی ادراک کا نتیجہ نہیں ہوتی۔ آخر یہ صرف چند ترجیح یافتہ طبقوں کی خصوصیت کیوں ہو؟ فرض کیجیے کہ پیش بینی خواب بینی کا قدرتی معمول ہو جس کی شناخت محض اس وجہ سے نہ کی جا سکی ہو کہ خواب دیکھنے والوں کی اکثریت جاگنے کے بعد چند ثانیوں میں اپنے خواب بھلا دیتی ہے۔ ڈیون اس نتیجے پر پہنچا کہ خوابوں میں ماضی اور مستقبل کے واقعات کی آمیزش ضرور ہوتی ہے۔ اس نے نظریہ کی آزمائش کیلئے ایک سائنسی تجربہ کیا اور اپنی ذات کو معمول بنایا۔ ڈیون کہتا ہے ''جو کام درپیش تھا کہ خواب کے گمراہ کن مناظر کے ذخیرے سے اس کی ایک بنیادی حقیقت کس طرح سے جدا کی جائے۔ اس کا طریق کار بڑا محنت طلب، پیچیدہ اور باریک بینی پر مشتمل ہوتا ہے''۔

خواب میں بلاشک پیش بینی کے اشارات

ڈیون نے اپنی کتاب میں بہت سے خواب بیان کئے ہیں جن میں بلاشک پیش بینی کے اشارات ہیں۔ اس کام میں اسے بہت سی عملی دشواریاں پیش آئیں۔ اس مختصر مضمون میں ان کی تفصیلات بیان کرنے کی گنجائش نہیں۔ قارئین اس کی تصنیف (An Experiment WithTime) ملاحظہ فرمائیں جو کتب خانے میں دستیاب ہے۔ ڈیون انجینئرنگ اور ریاضی دانی کی ذہنی تربیت کی بناء پر تجربے میں پیش بینی کے 'امکانی عنصر' کو اہمیت دیتا ہے۔ وہ یہ کہتا ہے کہ اگر کسی عام واقعے میں عام امکانی جھلک نظر آئے تو اسے ''لا امکانی عنصر'' (Zero Probablity) کہیں گے۔ اس کے نزدیک پیش بینی والا معیاری خواب وہ ہے جو غیر معمولی نوعیت کا ہو اور جو لازمی طور پر ماضی کے کسی سے ملتے جلتے واقعے سے مربوط نہ ہو۔ اس کی عائد کردہ یہ شرط واقعی بہت بڑی ہے۔

اس کے بیان کردہ پہلے دو واقعات یہ ہیں۔۱۸۹۹ء میں ڈیون سسکس کے ایک ہوٹل میں مقیم تھا۔اس نے خواب میں دیکھا کہ وہ ہوٹل کے بیرے سے وقت کے متعلق بحث کر رہا ہے۔ڈیون کہہ رہا تھا کہ دن کے ساڑھے چار بجے ہیں بیرا کہہ رہا تھا رات کے۔

ڈیون نے خواب ہی میں معاملے کی تصدیق کے لیے گھڑی دیکھی۔وہ ساڑھے چار پر رکی ہوئی تھی۔اس نے سوچا کہ گھڑی کو چابی دینا بھول گیا ہوگا۔اس سوچ کے ساتھ وہ بیدار ہوگیا اور اٹھ کر گھڑی دیکھی وہ ساڑھے چار پر رکی ہوئی تھی۔اس نے اسی حالت میں چابی دے دی اور پھر سوگیا۔

صبح اٹھ کر اس نے ہوٹل کی گھڑی سے اپنی گھڑی ملائی۔تو اسے توقع تھی کہ گھڑی میں کئی گھنٹے کا فرق ہوگا، مگر اسے حیرت ہوئی کہ فرق صرف ۲،۳ منٹ کا تھا اور یہ وہ وقفہ تھا جو اس کے جاگنے اور گھڑی دکھائی دی جسے اس نے جاگ کر درست کیا۔اب وہ سوال کرتا ہے کہ عین وقت پر دیکھنا کیا چیز ہے؟ پیش بینی یا واہمہ۔

ڈیون کاہن تو نہیں تھا......؟

یہ واقعہ اہم نہیں، لیکن اسے آپ کس صلاحیت سے منسوب کریں گے؟ ''غیب بینی'' سے۔مگر ڈیون کاہن تو نہیں تھا۔ایک معمولی آدمی تھا۔اس واقعے کے کچھ دن بعد وہ اٹلی میں سورنٹے کے مقام پر مچھر دانی کے اندر لیٹا ہوا تھا، نیم خوابیدہ اور نیم بیدار۔اس نے اسی تاثر کو دہرانے کی کوشش کی۔''میں نے ایک ہی منٹ میں محسوس کیا کہ گھڑی سامنے ہے۔خواب ذو عدسیند وربین کے منظر کی طرح نظر آرہا تھا۔اس میں ایک عام دن کی روشنی تھی اور اس کے چاروں طرف سفید دھند تھی۔اس کے درمیان گھڑی نظر آرہی تھی۔اس کی گھنٹے والی سوئی آٹھ پر تھی، منٹ کی سوئی ۱۲ اور ایک کے درمیان۔سیکنڈ کی سوئی ایک غیر واضح دھندلاہٹ میں چھپی تھی۔

''میں نے سوچا کہ زیادہ غور سے دیکھنے کی کوشش سے خواب ٹوٹ جائیگا، اس لئے خواب گوں منطق سے کام لیتے ہوئے یہ فیصلہ کیا کہ رات کے آٹھ بج کر بتیس منٹ ہوئے ہیں۔اس فیصلے کے بعد میں نے آنکھیں کھول دیں۔مچھر دانی میں سے ہاتھ نکال کر گھڑی اٹھائی اور دیکھا۔ساڑھے آٹھ بج کر ڈھائی منٹ ہوئے تھے!''

خوابوں کی فہرست

ڈیون نے ایسے خوابوں کی فہرست بیان کی ہے جن میں مستقبل کے کچھ عجیب تر واقعات کی جھلک نظر آتی تھی اور ان میں پیش بینی کا ''بند امکانی عنصر'' پایا جاتا تھا۔خواب میں ایک ایسا واقعہ یوں نظر آیا کہ ڈیلی ٹیلی گراف کی قاہرہ تا راس امید مہم، خرطوم پہنچ گئی ہے اور راستے میں اس مہم کا ایک رکن انتقال کر گیا ہے۔خواب دیکھنے کی صبح کو ''ڈیلی ٹیلی گراف'' شائع ہوا تو اس میں اس مہم کے خرطوم پہنچنے کی تفصیلی خبر تھی، لیکن مہم کے رکن کی موت کی اطلاع ذرائع مواصلات کی کمی کی وجہ سے (یہ زمانہ ۱۹۰۱ء کا تھا) ابھی اخبار کو نہیں ملی تھی۔ایک اور خواب میں جزائر غرب الہند کے مقام مارٹی نیک میں زلزلے سے ۴۰۰۰ افراد کے مرنے کی پیش بینی تھی۔
جب اخباری اطلاعات آئیں تو معلوم ہوا کہ وہاں شدید زلزلہ آیا تھا اور اس میں (۴۰۰۰ نہیں بلکہ) ۴۰،۰۰۰ ہزار جانیں ضائع ہوئیں۔ایک دوسرے خواب میں پیرس میں ایک ربڑ فیکٹری میں آگ لگنے کا واقعہ دیکھا گیا جس میں کئی کارکن دم گھٹنے سے مرے تھے۔بعد میں یہ واقعہ حقیقتاً رونما ہوا۔اسی طرح ۱۹۱۴ء میں فورتھ برج کے مقام پر ''فلائنگ اسکاچ مین'' نامی ٹرین کا حادثہ ہوا جو خواب میں ایک شخص کو پہلے نظر آگیا تھا۔ان تمام خوابوں میں بیان کرنیوالوں کی یادداشت نے پوری طرح کام کیا تھا۔

خوابوں میں غیر اہم واقعات

بہت سے خوابوں میں غیر اہم قسم کے واقعات نظر آئے جو قوعہ سے ایک دو دن پہلے

دیکھے گئے۔ ڈیون کہتا ہے، ”یہ خواب مستقبل بعید کے واقعات نہیں تھے، بلکہ بیداری کی
حالت میں ذہن میں ذخیرہ ہونے والی عام اشکال اور مناظر کے نیم شعوری انداز میں
مربوط ہونے کا نتیجہ تھے۔ یہ خواب اگر وقوعات کے بعد والی رات کو دکھائی دیتے تو کچھ
نہ ہوتے۔ ان میں پیش بینی کا عنصر نہیں تھا بلکہ وہ غلط راتوں کو نظر آئے تھے“۔
وہ کہتا ہے کہ گھڑی کے خواب بھی چوں کہ گھڑی دیکھنے کے بعد وقوع میں آئے لہٰذا
ان کی امتیازی خصوصیت نہیں۔ یہ صرف وقت کے میدان میں بھٹکتے ہوئے
(Displaced In Time) خواب تھے۔

پیش بینی کوئی غیر معمولی ودیعت نہیں

اب تک ڈیون خوابوں کی چھان بین میں یادداشت پر بھروسا کر رہا تھا۔ وہ کہتا
ہے، ”یہ بے تکا غیر سائنسی طریق کار“ تھا۔ ۱۹۱۷ء میں اس نے یہ سوال اٹھایا، ”کیا
یہ ممکن ہے کہ پیش بینی کوئی غیر معمولی ودیعت نہیں بلکہ ایک عام صلاحیت ہے؟ عام
خواب، تمام خواب، سب کے خواب، ماضی کے تجربات اور مستقبل کے تمثیلی مناظرہ
کا متناسب و مربوط مجموعہ ہوتے ہیں۔ کائنات دراصل زمان میں پھیلی ہوئی ہے اور
ہم صرف اس کا ایک مختصر حصہ دیکھتے ہیں۔ اس منظر میں پر اسرار طور پر مستقبل کا جزو
غائب ہے اور بڑھتے ہوئے ماضی کا جزو اس سے ایک محو سفر ”لمحہ حال“ کے ذریعہ
سے منقطع ہے۔ ہمارے سامنے اس منظر زماں کا کٹا ہوا حصہ اس لئے ہے کہ ہم عالم
بیداری میں ایک خالص ذہنی حجاب ماضی و مستقبل کے درمیان ڈالے رہتے ہیں۔
اس کا وجود صرف عالم بیداری میں ہوتا ہے۔ دراصل رابطے کا جال پھیلا ہوا ہے نہ
صرف خلا میں ”ادھر اور ادھر“ بلکہ زمان میں آگے اور پیچھے بھی۔ خواب دیکھنے والے
کی توجہ قدرتی طور پر بلا پس و پیش ان بھول بھلیوں میں مختصر ترین راستہ تلاش کر لیتی
ہے۔ ہمارا ذہن متواتر اور بار بار اس بظاہر لا موجود خط استوار کو پار کرتا ہے جس سے
ہم جاگتے ہی پوری طرح منکر ہو جاتے ہیں“۔

زمان و مکان کا نظریہ

ڈیون نے اس میدان میں خالص سائنسی تجربات بڑی محنت اور توجہ سے جاری رکھے
اگرچہ اس کا مطمع نظر پیش بینی کے خوابوں کی عمومیت ثابت کرنا تھی، مگر اپنی تحقیقات میں
وہ بہت آگے نکل گیا اور اس نے زمان و مکان کا وہ نظریہ دریافت کیا جس کی ہوا بھی مادی
سائنس کو نہ لگی تھی۔ البتہ تصوف اور الٰہیات میں اس کے کچھ سراغ پائے جاتے تھے۔
ڈیون کے نزدیک عام آدمی کو خوابوں کی پیش بینی کی صلاحیت کا حصول اس لیے
مشکل معلوم ہوتا ہے کہ خواب بڑی آسانی سے بھلا دیئے جاتے ہیں۔ دس میں سے نو
صبحوں میں کسی خواب کی یاد باقی نہیں رہتی۔ لہٰذا خوابوں کو یاد کرنے کی مشق کی
ضرورت ہے۔ اس کی صورت ہے کہ نیم بیدار ہوتے ہی تمام جزئیات جو ذہن میں
ہوں لکھ لی جائیں۔ پہلے پہل تو اس میں بڑی دقت پیش آئے گی۔ لیکن مشق کے ساتھ
اصول ربط بڑھتا جائے گا اور پھر خوابوں کے یاد رکھنے میں کوئی دقت نہ پیش آئے گی۔
اس کے بعد ان خوابوں کی چھان بین کی جائے تو پیش بینی کا سراغ یقیناً ملے گا۔

آئندہ دیکھے جانے والے خواب

ذہنی استرداد کو شکست دینے کا ایک طریقہ یہ ہے کہ جو خواب آپ نے ریکارڈ کیے ہیں
انکے متعلق یہ ذہنی مغالطہ پیدا کیجیے کہ وہ آئندہ دیکھے جانے والے خواب ہیں اور ان کی
علت گزشتہ دو یا تین دن کے واقعات میں تلاش کیجیے۔ یہ طریقہ ڈیون نے مفید طلب پایا۔
بھولے ہوئے خوابوں کو یاد کرنے کا ایک سادہ طریقہ یہ ہے کہ سرہانے ایک پنسل
اور کاغذ رکھیے۔ صبح کو آنکھ کھولنے سے پہلے نیم بیداری نیم خوابی کے عالم میں خواب کی
ساری جزئیات ذہن میں تازہ کیجیے اور پھر آنکھ کھول کر جلدی جلدی لکھ لیجیے۔ اس
دوران پورا خواب کھل کر آپ کے سامنے آجائے گا۔ اس مشق و مزاولت کے بعد آپ
کے خوابوں میں پیش بینی کا عنصر اس طرح ابھرے گا کہ آپ حیران رہ جائیں گے۔

☆......☆......☆

عالم خواب میں تصنیف وتالیف

خواب کسی آرزو کی تکمیل کا نام

انسان کی قوت متخیلہ بعض مرتبہ عالم بیداری میں وہ کام نہیں کر پاتی جو خواب میں انجام دیتی ہے اور اس میں وہ بہت اونچی اور بلند سطح پر پہنچ جاتی ہے۔ مشہور ماہر نفسیات سگمنڈ فرائڈ نے کہا ہے خواب کسی آرزو کی تکمیل کا نام ہے۔ ڈاکٹر ابر کرامی کہتے ہیں' کوئی مرکزی شوق یا دماغی جذبہ خواب میں ظاہر ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ متعدد خوابوں سے بعض مستند حقائق ومعارف منکشف ہوئے ہیں۔ عمومی حیثیت سے خواب کسی چیز کی تخلیق تو نہیں کرتے لیکن اس کے ذریعے سے مستقبل کے خدوخال پوری طرح نمایاں ہو کر ہمارے سامنے آجاتے ہیں بعض ایسی مثالیں ملتی ہیں کہ خواب کے ذریعے کوئی ذہنی اکتساب، تصنیف وتالیف، فنی، ادبی اور علمی کارنامے عمل میں آئے ہیں۔ بونائیلی کا خیال ہے کہ بعض اوقات ہمارا احساس عالم بیداری میں وہ نہیں رہتا جو عالم خواب میں ہوتا ہے' اسی کو انسائیکلوپیڈیا برٹینیکا مقالہ نگار ''ایغو'' کہتا ہے۔

ابوریحان البیرونی کا خواب

ابوریحان البیرونی اپنے زمانے کا سب سے بڑا حکیم، ہیئت دان، مؤرخ اور منجم تھا۔ اس نے ایک ایسا خواب دیکھا جو حساب ونجوم سے تعلق رکھتا تھا جسے وہ خود اپنی کتاب ''آثار الباقیہ'' میں بیان کرتا ہے کہ میری عمر کے اکسٹھویں سال کی آخری رات تھی۔ میں نے خواب دیکھا کہ طلوع قمر کا مشاہدہ کرنے کیلئے افق آسمان کی طرف دیکھ رہا ہوں جہاں اس روز اسے ظاہر ہونا چاہئے تھا۔ اچانک میں نے ایک آواز سنی۔ چاند کو چھوڑ دو تم ایک سو نوے مرتبہ اس کے بیٹے ہو۔ میں نے اس کی تعبیر سمجھی کہ میں ابھی ایک سو نوے قمری مہینہ تک اور زندہ رہوں گا۔ اور یہ تعبیر ٹھیک نکلی۔

ابن فارض مصر کا مشہور صوفی شاعر تھا اور اس کے متعلق مشہور تھا کہ وہ تمام قصائد نیند کی حالت میں کہتا تھا اور جب بیدار ہوتا تو قلم بند کر لیتا تھا اور نفس شاعری کے لحاظ سے اپنے زمانے کا مشہور شاعر مانا جاتا تھا۔

دو بابلی کتبوں کے حل کرنے میں دشواری

پروفیسر ہل پرٹ کو دو بابلی کتبوں کے حل کرنے میں بڑی دشواری پیش آرہی تھی۔ اتفاق سے ایک دن خواب میں اسے قدیم بابل کا ایک راہب نظر آیا جس نے اس مسئلے کے حل کرنے کا پتا بتایا۔ جب وہ جاگا خواب کی ہدایات کے مطابق عمل کیا تو خواب کی ایک ایک بات کو صحیح پایا۔

قاضی ابن خلکان مسلک شافعی کے زبردست فقیہہ متبحر عالم اور زبان عربی کے بلند پایہ ادیب تھے ''قیامت الاعیان'' سے ان کی ادبیت اور تاریخ دانی کا پتا چلتا ہے۔ انہوں نے خواب میں ایک معرکۃ الاراء ادبی تنقید دیکھی۔

مولانا جلال الدین رومی اور رابندر ناتھا ٹیگور کے بعض اشعار خواب میں ہوئے ہیں۔ اور انگریزی کے مشہور شاعر کولرج نے شہر چین کے حکمران، قبلائی خاں پر جو نظم لکھی وہ انگریزی ادب میں بڑے معرکے کی چیز سمجھی جاتی ہے۔ اس نے یہ نظم خواب ہی کی حالت میں کہی تھی۔

مشہور سیاست دان، پوانکاریہ کا چچازاد بھائی اینشٹین اپنے زمانے کا بہت بڑا ریاضی دان اور نظریہ اضافت کا موجد تھا۔ جس وقت لیکچر دینے کی غرض سے پیرس گیا۔ پوانکاریہ نے اس پر اعتراض کیے یوانیشٹین نے ایک خواب دیکھنے کے بعد الجھے ہوئے مسائل کی تمام گتھیاں سلجھادیں۔

خاکے کی حالت خواب میں درستگی

انگریزی کے مشہور ناول نگار سٹیونسن نے ایک کتاب لکھی۔ ڈاکٹر جیکال اور مسٹر ہائیڈ۔ اس کتاب میں اس نے ایک دلچسپ مضمون ''خواب کا ایک باب'' کے تحت لکھا

ہے کہ اس کے ابتدائی تین باب خواب کی پیداوار ہیں۔ کسی دوسرے قصے کا خاکہ اس نے
حالت خواب میں درست کیا تھا۔

فرانس کے مشہور فلسفی ڈیکاوٹ نے تین خواب دیکھے ایک ''روح القدس'' نے علوم
کے تمام خزانے اس کے سامنے کھول کر رکھ دیئے ہیں۔ دوسرے خواب میں ایک گولہ پھٹنے
کی آواز سنی جس سے اس کی آنکھ کھل گئی اور ذہن اتنا روشن ہو گیا کہ تمام حقائق اس پر واضح
ہو گئے۔ تیسرے خواب میں اس کو دو کتابیں ملیں، ایک قاموس، دوسری دلائل فلسفہ پر۔

دوسرے علوم وفنون اور شعروشاعری کی طرح موسیقی دانوں نے اپنے بعض راگ
اور راگنیاں خواب ہی کی حالت میں ایجاد کیے ہیں۔

خواب میں شیطان نے گیت سنا دیا

اٹھارویں صدی کا ایک مشہور بربط نواز ''تاوتینی کوئی راگنی ایجاد کرنا چاہتا تھا لیکن وہ
ناکام رہا۔ خواب میں شیطان نے اس کا بربط لے کر ماہرانہ حیثیت سے وہ گیت سنا دیا
جب جاگا تو اس نے حافظے کی مدد سے راگنی کو بربط کے تاروں پر چھیڑا اور اس کو ''غنائے
شیطان'' کا نام دے دیا۔

برگسان نے بھی ایک مشہور موزار کی راگنی ایجاد کرنے کا واقعہ لکھا ہے۔ اس نے
خواب میں کوئی راگ سنا۔ اور یہ راگ بہترین راگ سمجھا جاتا ہے۔

نوٹ:۔ خواب بہت احتیاط طلب ہوتے ہیں ذرا سی بے احتیاطی بہت دور لے
جاتی ہے اللہ ہم سب کی حفاظت فرمائے۔ خواب میں شیطان بھی رہنمائی کرتا ہے اس
کی چند مثالیں میں نے آپ کے سامنے تاریخ سے پیش کی ہیں۔

☆......☆......☆

خوابوں کے اسرار

خوابوں کے اسرار کو سمجھنے کیلئے انسان صدیوں سے سرگرداں ہے۔ جس دن سے
انسانوں کی یہ دنیا معرض وجود میں آئی ہے، خواب اس کیلئے ایک حیرت، استعجاب اور
دہشت کی ایک نہ ختم ہونے والی شے بنے ہوئے ہیں۔ خواب دراصل لاشعوری
تجربے ہیں جن سے سبھی اشخاص یکساں طور پر متاثر نظر آتے ہیں۔

زمانہ قدیم میں خوابوں کے متعلق مختلف قسم کے بہت سے نظریات قائم کیے گئے'
جن میں سے چند ایک مشہور ہیں۔

☆ ''خواب جس کی تشریح نہ کی گئی ہو، ایک ایسا خط ہے جسے کھولا نہ گیا ہو۔
''ایک نامعلوم مفکر۔

☆ شوپنہار کے بقول: ''خواب انسان کی روحانی کیفیت کا معیار ہوتا ہے''۔

ہشام بن مروہ کا کہنا ہے: '' خدا کے نیک بندوں کو خوابوں کے ذریعے
بشارت ہوتی ہے''۔

☆ سقراط رقم طراز ہے: ''نیک لوگوں کے خواب سچے الہامی ہوتے ہیں''۔

☆ ارشمیدس کہتا ہے: ''انسان کو خواب اس کی بھلائی کیلئے نظر آتے ہیں''۔

بعض خواب تو اتنے خوبصورت ہوتے ہیں کہ دل چاہتا ہے انہیں بار بار دیکھا
جائے اور بعض تکلیف دہ اور دہشت ناک ہوتے ہیں جن سے انسان کو ذہنی کوفت
ہوتی ہے اور وہ ان سے چھٹکارا حاصل کرنا چاہتا ہے۔ بعض بالکل بھول جاتے ہیں۔

خواب کی کوئی نہ کوئی وجہ ضرور ہوگی

ایسے خواب جو ہمیں جاگنے پر یاد رہ جاتے ہیں، ان سے ہم کوئی نہ کوئی تاثر لیے بغیر
نہیں رہ سکتے۔ وہ لوگ بھی اس کا انکار نہیں کر سکتے جن کے خیال میں خواب بدہضمی یا

پیٹ کی خرابی کے باعث دکھائی دیتے ہیں۔ ہر خواب دیکھنے والا یہ ضرور سوچتا ہے کہ نظر آنے والے خواب کی کوئی نہ کوئی وجہ تو ضرور ہوگی۔

خواب بیماری کے علاج کا ذریعہ

خوابوں میں اکثر اشارے پائے جاتے ہیں جن کے ذریعے انکی صحیح تعبیر پیش کی جاسکتی ہے۔ لوگوں میں کئی باتیں مشہور ہیں، مثلاً بعض لوگوں کے نزدیک خواب کسی بیماری کے علاج کو ظاہر کرتا ہے۔ کسی کے مطابق خواب کا تعلق ماضی سے ہوتا ہے وغیرہ وغیرہ۔

مشرقی تصورات کے مطابق نیند کی حالت میں روح بدن سے نکل کر نئی نئی مہمات سر کرنے نکل پڑتی ہے۔ افریقہ کے بعض قبائل میں اگر کسی شخص کو سانپ خواب میں کاٹ لے تو اس کا علاج بھی اسی طرح کیا جاتا ہے جیسے حقیقت میں سانپ نے ڈس لیا ہو۔

سقراط کا کہنا ہے کہ تمام خوابوں کا اختتام بیداری پر نہیں ہوتا۔ بعض اوقات خواب کے واقعات بذات خود ایک تشریح ہوتے ہیں۔ سائنس دانوں نے بعض خوابوں میں نئی نئی اشیاء ایجاد کیں۔ خوابوں کو مستقبل کا پیامبر بھی کہا جاسکتا ہے۔

خوابوں میں فرشتوں کی رہنمائی

یہودی نظریے کے مطابق ”خوابوں میں فرشتے پیغام رسانی کا کام کرتے ہیں“۔

عیسائیوں کا خیال ہے: ”خواب میں خدا انسان سے ہم کلام ہوتا ہے“۔

فرائڈ پہلا شخص تھا جس نے خوابوں کے بارے میں بالکل ہٹ کر اور جداگانہ نظریہ پیش کیا۔ اس نے تمام پرانے نظریات کو توہمات پر مبنی اور غلط قرار دیا۔ اس کے بقول: ”خواہشات خواب میں نت نئے روپ دھار کر سامنے آتی ہیں“۔ وہ کہتا ہے: ”خواب ہر حال میں اپنا مفہوم رکھتے ہیں“۔

شعور اور لاشعور کی وضاحت کرتے ہوئے فرائڈ یہ مثال دیتا ہے کہ شعور تو ایک ایسا پودا ہے جس کو ابھی ابھی زمین میں لگایا گیا ہے اور اس کی ابھی جڑیں بھی پیدا نہیں

ہوئیں۔ ہوا کے ایک تیز جھونکے سے یہ پودا اکھڑ بھی سکتا ہے، لیکن لاشعور (شعور کہن) وہ درخت ہے جس کی جڑیں اتنی مضبوط ہیں کہ بڑے سے بڑا طوفان بھی اس کو نہیں ہلا سکتا۔ دوسرے لفظوں میں شعور سمندر میں تیرتے ہوئے برف کے تودے کا وہ حصہ ہے جو سطح سمندر سے اوپر ہے اور زیادہ حصہ جو سطح سمندر سے نیچے واقع ہے، لاشعور ہے۔ انسان کی دبی ہوئی خواہشات نیند میں خوابوں کی صورت پوری ہوتی دکھائی دیتی ہیں۔ خواب صرف ماضی کے حوالے سے دیکھے جاسکتے ہیں۔ ان کا مستقبل یا حال سے کوئی تعلق نہیں ہوتا۔

فرائڈ اور رفقاء میں اختلاف

۱۹۱۴ء میں فرائڈ اور اس کے رفقاء میں تحلیل نفسی کے نظریہ پر اختلاف ہوگیا۔ یونگ نے فرائڈ کا یہ نظریہ بالکل مسترد کر دیا کہ خواب صرف ان الجھنوں کے سبب نظر آتے ہیں جنہیں آدمی بیداری کی صورت میں حل نہیں کرسکتا۔ فرائڈ کے نزدیک ہمارے معاشرے میں جنس ہی ایک ایسی چیز ہے جسے بری طرح دبایا جاتا ہے، لہٰذا اکثر خواب جنسی تسکین ہی کو پورا کرنے کیلئے دیکھے جاتے ہیں۔ ان کے برعکس یونگ کے خیال میں خواب ماضی اور حال پر مشتمل اور اپنی تشریح آپ ہوتے ہیں۔

یونگ کی تحریروں میں مذہب کی چھاپ نمایاں نظر آتی ہے۔ وہ کہتا ہے کہ جب خواب میں ہمیں کوئی پیر، مرشد، عالم یا مبلغ کوئی بات کہے تو ہمیں وہی کرنا چاہیے۔ یونگ نے خوابوں کے سلسلے میں دیو مالائی کہانیوں کا سہارا لیا۔ مثلاً خواب میں اگر غار نظر آئے تو فرائڈ اسے عورت کا رحم قرار دیتا ہے جبکہ یونگ کے خیال میں یہ غار ہمارے لاشعور کا تاریک ترین حصہ ہے۔ اسی طرح غار میں اگر سانپ نظر آئے تو فرائڈ کے مطابق یہ جنسی عمل کی علامت ہے لیکن یونگ کے نزدیک سانپ اس جگہ عمل وفہم کا نمائندہ ہے۔

فرائڈ کا ایک اور ساتھی ایڈلر کہتا ہے کہ خواب صرف ماضی اور حال کی نشاندہی نہیں کرتے بلکہ ان میں مستقبل کے اشارات بھی پائے جاتے ہیں۔ اس کے خیال میں

خواب دراصل ہمارے سامنے نئے راستے پیش کرتے ہیں۔

اسلام کا نظریہ

حضور اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا خوابوں کے بارے میں ارشاد ہے: ''سچا خواب ایک قسم کی وحی ہے''۔

☆ علامہ ابن خلدون کے بقول: ''خوابوں کا تعلق روح کے ادراک سے ہے''۔

امام غزالی رحمہ اللہ فرماتے ہیں: ''انسانی روح غیر فانی ہے۔ انسان نیند کی حالت میں روح کی آنکھ سے مختلف چیزوں کا مشاہدہ کرتا ہے۔ یہی خواب ہے''۔

شاہ ولی اللہ محدث دہلوی رحمہ اللہ فرماتے ہیں: ''جب روح کو حجابات سے فرصت ملتی ہے تو اس میں یہ اہلیت پیدا ہو جاتی ہے کہ وہ اسرار الٰہی کو سمجھ سکے۔ یہ کیفیت خواب کے عالم میں رونما ہوتی ہے''۔

قرآن مجید اور رسول اکرم ﷺ کے فرمودات کو اگر مدنظر رکھا جائے تو پتہ چلتا ہے کہ خواب واقعی حقیقت پر مبنی اور سچے ہوتے ہیں۔ ان کے کوئی نہ کوئی معنی یا مطلب ضرور ہوتے ہیں۔ ان کے ذریعے مستقبل کے بارے میں بہت سے اشارے مل جاتے ہیں۔ فرمایا گیا کہ ''خواب سب سے پہلے متقی اور پرہیزگار شخص کو سناؤ کہ وہی خواب کی صحیح اور اچھی تعبیر پیش کر سکتا ہے''۔

☆......☆......☆

خواب اور ان کی تعبیر

خواب ہلکی نیند میں جنم لیتے ہیں۔ اس حالت میں دماغ کسی قدر خارجی اثرات کیلئے کھلا ہوتا ہے: چنانچہ گھڑی کی ٹک ٹک، چوکیدار کی آواز یا دل کی دھڑکن وغیرہ کے باعث بھی خواب دکھائی دیتے ہیں۔

خواب لاشعور کے پیغامات کا ذریعہ

خواب ہمارے لاشعور کے پیغامات کا ایک اچھا ذریعہ ہیں۔ یہ دراصل ہماری دبی ہوئی خواہشات ہوتے ہیں۔ ان میں دکھائی دینے والے بعض مناظر عجیب وغریب اور بے ربط ہوتے ہیں۔ مثلاً ہوسکتا ہے کہ خواب میں شیر کو غزل پڑھتا دیکھیں، مردوں سے باتیں کریں اور کوہ ہمالیہ بحرالکاہل میں تیرتا نظر آئے۔ ان کا بظاہر کوئی مطلب نہیں نکلتا مگر انسانی زندگی میں کوئی بھی چیز بلاوجہ نہیں ہوتی۔

خواب ہمارے رجحانات کے صحیح ترجمان ہوتے ہیں لیکن انہیں سمجھنے کیلئے مہارت درکار ہے۔ چھوٹے بچوں کے خواب کھلونوں، مٹھائیوں وغیرہ پر مشتمل ہوتے ہیں۔ بڑی عمر کے بچے خواب میں خود یا کسی اور کو امتحانی پرچہ دیتے ہوئے دیکھتے ہیں۔ بعض اوقات ہم خواب میں بڑے بڑے کام کر ڈالتے ہیں۔ مثلاً ایک ایسی مشین بنا لیتے ہیں جو کوئی سائنسدان بھی نہ بنا سکا ہو۔

بچوں کے خوابوں میں خواہشات اپنی اصلی حالت میں ظاہر ہوتی ہیں۔ مثلاً ایک بچے کو مٹھائی کی خواہش ہے تو وہ رات کو خواب میں مٹھائی کے انبار دیکھے گا لیکن جوانوں کی خواہشات کی تکمیل علامتی انداز میں ہوتی ہے۔ جیسے خواب میں درخت پر چڑھنا، ہوا میں پرواز کرنا وغیرہ ان کا مطلب کچھ اور ہوتا ہے اور ان علامات کو سمجھنے کی کوشش کی جانی چاہئے۔

خواب ہماری نیند کے محافظ ہوتے ہیں مثلاً اگر کمرے میں جگانے والی گھڑی کی گھنٹی بج جائے اور آپ گہری نیند سو رہے ہوں تو ہوسکتا ہے آپ ایسا خواب دیکھ رہے ہوں کہ ایک ریل گاڑی گھنٹی بجاتی چلی جا رہی ہے۔

علامتوں سے خوابوں کی تعبیر

علامتی خواب کاری ایک عجیب وغریب خصوصیت ہے۔ مثلاً خوابوں میں ایک مکان انسانی جسم کی علامت ہوتا ہے۔ ایک ایسا مکان جس کے شہ نشین آگے کو نکلے ہوئے ہوں، ایک نسوانی جسم کی علامت ہے۔

چھوٹے چھوٹے جانور اور پرندے بھائیوں، بہنوں اور چھوٹے بچوں کی علامت ہیں۔ پانی پیدائش کو ظاہر کرتا ہے۔ سفید گھوڑے یا ریل گاڑی میں سفر کرنا موت یا بیماری کی علامت ہے۔

جس طرح چور اس لیے بھیس بدلتا ہے کہ پہچانا نہ جائے، اسی طرح ہماری خواہشات بھی پیچیدہ خوابوں کی شکل میں رونما ہوتی ہیں۔ مثلاً ایک شخص خواب میں اپنے دوست کی موٹر کار چلا رہا ہے۔ کار چلانا ایک عام اور بے ضرر فعل ہے لیکن خواب میں یہ اس کی کسی ناپسندیدہ خواہش کا ایک علامتی مظاہرہ ہے۔

طالب علم خواب میں یہ دیکھے کہ وہ فیل ہوگیا ہے تو اس کا مطلب ہے، وہ فیل ہونے کی خواہش رکھتا یا ڈرتا ہے۔ اس طرح ہماری پریشانیاں دکھ اور رنج ڈراؤنے خواب کی صورت میں نظر آتے ہیں۔

خوابوں کی تعبیر کا نفسیاتی کلیہ

آپ کو ایک کلیہ بتائے دیتا ہوں جو تعبیر خواب میں مدد دے گا۔ یہ صرف میری ہی نہیں بلکہ دوسرے ماہرین اور نفسیات دانوں کی بھی رائے ہے۔

خواب کی تعبیر دراصل دو باتوں پر منحصر ہوتی ہے۔ پہلی یہ کہ آپ خواب میں کسی کو دیکھتے ہیں جو آپ کو مارنے آ رہا ہے تو آپ کے اس خواب کی دو تعبیریں ہوں گی۔

۱: ہوسکتا ہے آپ اس شخص سے خوفزدہ ہوں۔

۲: وہ شخص آپ کو بہت پیارا ہو۔: اس خواب کے نمونے میں وہ کلیہ موجود ہے کہ خواب کی تعبیر معلوم کرنے کیلئے اس کے منفی اور مثبت دونوں پہلوؤں پر غور کیجئے۔ اس کلیے پر عمل کرنے سے 75 فیصد خواب کی درست تعبیریں ملیں گی۔

نیند یا خواب ایک اچھے مستقبل کے پیامبر ہیں جن سے آپ حیرت انگیز نتائج اخذ کر سکتے ہیں۔ جو بھی خواب دیکھیں اسے صبح ہوتے ہی لکھ لیں۔ اس طرح ایک ہفتے کے بعد تمام خواب پڑھ لیں، تعبیر آپ کو خود معلوم ہو جائے گی۔

☆......☆......☆

خوابوں کے اسرار

روزمرہ زندگی کے عمل پر ایک بے حد معلومات افزا مضمون

بہت سے لوگ خوابوں کو ''رات کے لطیفے'' قسم کی کوئی چیز سمجھتے ہیں۔ اکثر ایسا ہوتا ہے کہ کوئی دوست کارخانے یا دکان میں آتا ہے اور کہتا ہے: ''میں نے کل رات عجیب خواب دیکھا۔'' دراصل یہ ایک عمدہ کہانی کا دلچسپ آغاز ہوتا ہے جس میں عموماً بڑے عجیب خیالات کا مجموعہ دیکھنے میں آتا ہے' غالباً اس داستان میں کوئی شریک کار یا رفیق بھی ملوث نظر آتا ہے جو انتہائی غیر معمولی حالات میں گھرا ہوتا ہے' یا یہ کہانی وحشت اور خوف سے اس قدر پر ہوتی ہے کہ کوئی بھی اس کی وجوہات نہیں سمجھ سکتا۔ عام ردعمل صرف یہ ہوتا ہے کہ اس عجوبہ پن پر آدمی حد درجہ متعجب رہ جاتا ہے اور پھر اسے بھول جاتا ہے لیکن خوابوں سے آپ لطیفوں اور عجیب داستانوں کے علاوہ بھی کچھ حاصل کرتے ہیں۔ مثلاً یہ کتنی دلچسپ حقیقت ہے کہ لوگ ہمیشہ اپنے خواب کسی سے کہنا چاہتے ہیں۔ جیسے کوئی فطری خواہش ہو اپنے تجربے پر واپس جانے کی' اسے دہرانے اور ایسا سوچنے کی۔ تھوڑے سے علم اور تجربے کی مدد سے آپ اپنے بارے میں چند قیمتی باتیں معلوم کر سکتے ہیں۔ کردار' نظریات' عزائم و مقاصد اور ان کے مسائل کے بارے میں جنہوں نے آپ کے لاشعور کو پریشان کر رکھا ہے۔

اہم ترین کام یہ سمجھنا ہے کہ خواب غیر منظم اور احمقانہ تو نہیں ہیں۔ آپ کا دماغ آرام پذیر تو نہیں ہے اور خیالات اس میں گھٹنوں کے بل رینگتے ہوئے داخل ہوتے رہتے ہیں اور ہر چیز کو تہہ و بالا کرتے رہتے ہیں اور یہ سب اس عرصے میں ہوتا ہے جب آپ کا جسم ستا یا آرام کر رہا ہوتا ہے۔ خواب دماغ کی تاریک دنیا

کو خوفزدہ کر دینے والا کوئی نظارہ بھی نہیں ہیں۔ خواب دیکھتے رہنا کوئی خطرناک یا نقصان دہ عمل نہیں ہے' اور نہ آپ کو اس سلسلے میں وہم زدہ ہونے کی ضرورت ہے۔

نفسیات اور خواب

بہت سے لوگ سوچتے ہیں کہ خواب کی توضیح کے سلسلے میں دماغ اور نظریہ لاشعور سے متعلق یا تحلیلی نفسیات کے بارے میں جتنی بھی گفتگو ہوتی ہے وہ احمقانہ ہوتی ہے' لیکن آپ کو یہ سمجھنے کی غلطی نہیں کرنی چاہیے کہ یہ ایک نقلی علم ہے جو صرف برائے مضحکہ و تمسخر ہوتا ہے۔ مشہور معالجین امراض نفسیات مثلاً فرائڈ اور ینگ کی تحقیقات نے ہزاروں معتدل اور صحت مند لوگوں کو اپنے انتہائی درجہ کے ذہنی خلل کے بارے میں خاموشی اختیار کرنے کا سلیقہ سکھا دیا ہے۔ ان کی تحقیقات کو کسی بھی فرد کے روزمرہ کے تجربات پر منطبق کیا جا سکتا ہے۔ نہ تو آپ کو اس کے لئے اعصابی بدنظمی کا شکار ہونا پڑے گا اور نہ وہمی اور نہ حد درجہ سنجیدہ۔ جس طرح ڈاکٹر سخت طبعی بیماریوں کا علاج معمولی طریقے سے کرتے ہوئے بھی دنیا کو نجی یا گھریلو صحت کے اصولوں کو سمجھا دیتے ہیں ٹھیک اسی طرح ماہرین نفسیات نے متوازن انسانوں کو یہ بھی دکھایا ہے کہ کس طرح وہ زیادہ سے زیادہ خود آگاہ ہو سکتے ہیں اور خوش ترین اور بھرپور زندگی گزار سکتے ہیں۔

خواب کیا ہیں؟

خواب ہوتے کیا ہیں؟ خوابوں کے معانی سے متعلق کئی نظریات ہیں لیکن ہر نظریہ بنیادی طور سے اس پر متفق ہے کہ یہ لاشعوری دماغ کی پیداوار ہیں۔ اس کی بہترین تشریح کیلئے ہم اس پر غور کریں کہ جب لوگ دن میں خواب دیکھتے ہیں تو کیا ہوتا ہے۔ دماغ بہت جاگا ہوا اور آگاہ' یعنی باشعور ہوتا ہے۔ آپ چاہے شاپنگ کے لئے نکلیں یا کسی کورس پر جائیں یا کچھ کاغذات فائل میں جمع کرنے میں مصروف ہوں' آپ کے افکار اپنے طور پر بھٹکتے رہتے ہیں۔ شاید آپ گزشتہ شب کی باتوں پر غور کر رہے ہوں یا

یہ سوچ رہے ہوں کہ مستقبل میں کیا ہونے والا ہے۔ کبھی کبھی دن کے خواب حقیقت سے بالکل بے تعلق ہوتے ہیں ۔ لوگ تصور کرتے ہیں کہ وہ کریبین (CarriBean) کے خوبصورت ساحلوں پر لطف اٹھا رہے ہیں یا ارب پتیوں سے ان کی شادی ہوگئی ہے۔ اس عرصہ خیال میں دن کا خواب کتنا واضح اور سچا نظر آتا ہے لیکن جہاں آپ اس سے باہر نکلے آپ کو یہ سب بھلا دینا کتنا آسان لگتا ہے۔ ایسا ہی کچھ خوابوں میں بھی ہوتا ہے جب لوگ سوئے ہوئے ہوتے ہیں۔ شعور جو کہ دماغ کا نگران ہوتا ہے راحت پذیر ہو جاتا ہے (اگرچہ اس کے تمام اختیارات معطل نہیں ہو جاتے) اور افکار، خیالات اور محسوسات کی ایک ڈوبی ہوئی سطح ابھر آتی ہے۔ کیوں کہ دماغ کا یہ حصہ اپنی ہی منطق کے تابع ہوتا ہے اور یہ تمام باتیں اپنے راست طریقے سے اپنی لفظی تصاویر اور بظاہر غیر عقلی روابط کے ذریعے بیان کرتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ لوگ خوابوں میں ناممکن کام کر گزرتے ہیں اور بڑی سرعت کے ساتھ ایک سے دوسرا منظر بدل جاتا ہے۔ لاشعوری ذہن اپنی منزل پر پہنچنے کیلئے اس منطقی سلسلے اور ترتی کا محتاج نہیں ہوتا جس کی ضرورت بیدار یا شعوری دماغ کو پڑتی ہیں۔

خوابوں کی دیگر خصوصیات جو ایک خواب دہرانے والا تسلیم کرتا ہے یہ ہے کہ اکثر یہ غیر معمولی طور پر واضح اور صاف ہوتے ہیں۔ مرئی طور سے ہو یا مزاجاً کبھی کبھار ان کے پیدا کردہ محسوسات اتنے طاقتور ہوتے ہیں کہ خواب دیکھنے والے کے مزاج پر دوسرے دن تک چھائے رہتے ہیں۔ مثال کے طور پر ایک کامیاب کاروباری نے اپنے ابتدائی عہدے کو خوابوں کی ترتیب دیا۔ جو سب کے سب ایک جنگی صورتحال سے مشابہ تھے۔ (جنگ دباؤ و انتشار کا کلاسیکی علامتوں میں سے ایک ہے) ابتداء میں جب وہ اپنے بل بوتے پر کام کر رہا تھا اس کے خوابوں میں اسکی اپنی کوششیں ملوث تھیں جن کے ذریعے وہ کسی بے نام خوف یا ڈر کا گریز کرتا تھا اور یہ کئی بیسوں میں نمایاں ہوا۔ اس کا جنگی خواب صرف اس تبدیلی

کیساتھ جاری رہا کہ وہ حملہ آور ہونے کے لیے دیگر لوگوں کے بندوبست میں جتا ہوا ہے یا ایسی ہی مصروفیات میں الجھا ہوا ہے۔ بظاہر وہ ان خوابوں کی مرئی تفصیلات بیان نہیں کر سکا۔ سوائے جنگی انداز ترتیب کے لیکن خوف' انتشار اور ناامیدی کے محسوسات جو ان خوابوں سے وابستہ تھے وہ بالکل واضح تھے۔

اس کا خوش کن پہلو یہ ہے کہ بڑی خوشی یا کامیابی کا خواب دیکھنا بھی بالکل عام ہے۔ جس سے مسرت کے جذبات ابھرتے ہیں، چھوٹے بچے عموماً آپ کو تحفہ پائے ہوئے دیکھتے ہیں۔ ان میں فخر اور خوشی کے محسوسات بیدار ہو جاتے ہیں لیکن ان کا دل تھوڑا ہو جاتا ہے جب وہ سمجھ لیتے ہیں کہ انہوں نے صرف ایک خواب دیکھا تھا! ایک مثالی کہانی اس بچے کی ہے۔ جس نے اپنی ماں کو پچھلی رات میں دیکھا ہوا خواب بتایا۔ ایک بھیڑیا خواب میں اس کے پیچھے لپک رہا تھا۔ اس نے بچنے کے لیے باورچی خانے کے دروازے سے اندر آنا چاہا لیکن دروازہ نہیں کھل رہا تھا۔ اس نے کوشش کی اور کرتا رہا' بھیڑیا اس کے بالکل قریب آیا ہی تھا کہ دروازے کا ہینڈل سرک کر ڈھیلا ہو گیا اور آخری لمحے میں لڑکا اندر داخل ہو کر بچ گیا۔ لڑکے کی ماں نے عادتاً اپنے بچے سے کہا ''ارے چھوڑ۔ یہ تو خالی ایک سپنا تھا'' اس پر بچے نے حجت کی ''جو بھی ہو ممی اب کے میرے خواب دیکھنے سے پہلے تم دروازہ کھلا رکھنا!'' بچوں کو لاشعور کی اندرونی فضا اور شعور کی باہر کی فضا کے بیچ ایک فرق کو سمجھنا پڑتا ہے۔ بعض پرانے قبیلے آج بھی ان دونوں کے فرق کو نہیں سمجھ پائے۔

خوابوں کی یہ متبادل حقیقت' بہت اہم ہے۔ اس سے یہ حقیقت بھی منسلک ہے کہ خواب از خود وارد ہوتے ہیں۔ ہم انہیں وارد ہونے پر مجبور نہیں کر سکتے اور نہ ان کے مختلف اجزاء پر قابو پا سکتے ہیں۔

خواب کیا کرتے ہیں؟

خواب کیوں ہوتے ہیں؟ بنیادی طور پر یہ ایک ذریعہ ہوتے ہیں جس کی مدد

سے لاشعور دماغ' تجربات کو چنتا اور چھانٹتا ہے۔ اگر آپ یہ محسوس کریں کہ آپ کا دماغ وصولیابی کا ایک بڑا محکمہ ہے جس میں تمام قسم کی اطلاعات روزانہ پہنچتی اور وصول کی جاتی ہیں تو آپ دیکھیں گے کہ ایک اہم کام انجام دینا دماغ کا فرض ہے۔ دوران نیند جب دماغ کا شعوری حصہ بے عمل یا ساکت ہو جاتا ہے اس وقت لاشعور ایک وسیع مواد کی تیاری کرتا رہتا ہے۔ نئے حقائق' حالات' ماضی کے تجربات' غیر حل شدہ مسائل' قوت' خواہشات اور بہت کچھ۔ یہ دماغ کے عمیق ترین شگافوں میں سے جذبات کو برآمد کرتا ہے اور ان تمام نئی اطلاعات کو ملحوظ خاطر رکھتا ہے جو شعور نے حاصل کی ہیں۔ اس کے بعد اپنے انوکھے طریقے سے یہ آپ کے سامنے ایک مرئی اور جذباتی شبیہہ پیش کر دیتا ہے جسے خواب کہتے ہیں۔ ممکن ہے کوئی ایسا مسئلہ ہو جسے آپ شعوری طور سے پس پشت ڈالے ہوئے ہوں' کیونکہ آپ کو اس کے بارے میں سوچنا اور غور کرنا پسند نہیں ہے۔ تاہم یہ مسئلہ ہے تو اپنی جگہ برقرار اور ایک خواب میں آپ کے سامنے ابھر کر آ سکتا ہے۔ چھنٹائی کا شعبہ ایک پیغام بھیج رہا ہے۔ ''اسے نہ بھولو' اسے نظر انداز نہ کرو'' کبھی کبھار ایک خواب اس مسئلے کا حل تجویز کر سکتا ہے۔

لاشعور کی گہرائی سے جبلت' وجدان اور جذبات پیدا ہوتے ہیں۔ چھنٹائی گھر (Sorting House) کے عمل کے ذریعے یہ خواب میں وارد ہوتے ہیں اور دماغ پر گہرا اثر چھوڑ جاتے ہیں۔ ٹھیک جس طرح لوگ مسئلوں کو ارادتاً یک طرفہ بیان کرتے ہیں اسی طرح وہ حقیقی محسوسات کو بھی نظر انداز کر جاتے ہیں۔ کتنی دلچسپ بات ہے کہ اکثر لوگ کہتے ہیں'' آپ فلاں کے بارے میں کیا رائے رکھتے ہیں' کیا وہ کمینہ ہے؟ یا یہ کہ'' ہم اپنے دلی کی گہرائیوں میں ایسا محسوس کرتے ہیں اور ہمارا تو یہ خیال ہے۔'' گویا کہ عام گفتگو میں وہ اپنے دماغ کے سب سے اندرونی حصے کو باہر لا کر پیش کرتے ہیں جہاں مضبوط اور اصلی

محسوسات اپنے صحیح روپ میں بستے ہیں۔

یہ جان لینے کی بعد کہ یہ مواد آپ کے خوابوں میں کہاں سے آتا ہے آپ اپنی سرشت کے بارے میں زیادہ تفصیل سے جاننا شروع کر دیتے ہیں۔ اپنے کھلے نظریوں اور رویوں، محسوسات و ضروریات کی بابت معلوم کر کے نیز خوابوں کی تصویروں کو روزمرہ کی زندگی سے مربوط کر کے اپنی زندگی کے حالات پر اپنی گرفت کو مضبوط کر سکتے ہیں۔ تاہم تمام سپنے یقیناً مسائل پیدا کرنے والے نہیں ہوتے اور نہ تمام سپنے مسائل کشا ہوتے ہیں۔ البتہ یہ آپ کی زندگی کے کسی حصے کے آئینہ دار ضرور ہوتے ہیں۔ اکثر اس حصے کے جس سے آپ نمٹنے میں شاید ہی کامیاب ہوتے ہیں۔

وہ جو خواب نہیں دیکھتے

اگر خوابوں کے بارے میں سوچنا مفید ہے تو بعض لوگ انہیں یاد کیوں نہیں کرتے؟ کیا ان میں کوئی کسر ہوتی ہے؟ ان میں بیشتر لوگ مکمل طور سے خوش اور اوسط انسان ہیں اور ہمیشہ خواب دیکھنے والوں کے مقابلہ میں ان میں کوئی عیب نہیں پایا جاتا۔ تجربہ گاہ (Electro Encephilogram) یعنی (Eeg) مشین کے ذریعے دماغی لہروں کا ریکارڈ دیکھا گیا تو معلوم ہوا کہ جو لوگ خواب یاد نہیں کرتے ان کے ریکاڈ کردہ خاکوں کی ساخت ایسی ہوتی ہے جیسی خواب یاد کرنے والوں کی ہوتی ہے۔ سچ تو یہ ہے کہ ہر شخص رات کو متواتر وقفوں میں خواب دیکھتا ہے اور جو لوگ اس خیال میں مبتلا ہیں کہ وہ خواب کبھی نہیں دیکھتے وہ یا تو اپنے خواب بھول جاتے ہیں یا پھر رات میں ''فکروں'' میں گھرے رہتے ہیں جنہیں وہ خواب سے تعبیر نہیں کرتے ان کی کیفیت دن کے خوابوں سے ملتی جلتی ہے۔ اگر آپ کوئی ''خواب فراموش'' ہیں تو بعض ایسے لوگوں سے خوابوں پر بحث کر کے دیکھئے جنہیں خواب نہیں بھولتے۔ اس کا کافی امکان ہے کہ آپ اپنے خوابوں کو یاد کرنا اور دہرانا شروع کر دیں۔

خواب آپ کو کیا بتا سکتے ہیں......!

جو لوگ خواب یاد رکھ سکتے ہیں ان کے لئے اگلا قدم یہ ہے کہ وہ خواب میں چھپے ہوئے معنی کو بے نقاب کرنے کی کوشش کریں اس مضمون کی کلید ایک امریکی ماہر نفسیات کیلوین ہال (Calvin Hall) کی یہ رائے ہے کہ ''خواب اپنے ہی نام لکھا گیا اپنا خط ہوتا ہے'' ایک بار آپ نے اس نجی خط کو پڑھنا سیکھ لیا تو چند دلربا حقیقتیں آپ پر واضح ہو کر رہیں گی۔ یہ عقیدہ تو خیر نہ رکھیں کہ خواب آپ کے تمام مسئلوں کا حل پیش کر دیں گے۔

اپنے خوابوں کے محاسبے کیلئے بہترین طریقہ یہ ہے کہ اگلے دن آپ انہیں یاد کریں۔ بے کار محض کے طور پر ہی سہی، کتنا احمقانہ خواب کیوں نہ دیکھا ہو آپ اس کا جائزہ لیں۔ اس سے آپ کو مدد ملے گی۔ بعض اوقات اس غور وفکر کے نتیجے میں اچانک ایک خیال آپ کے دماغ میں اچھل پڑے گا۔ بادی النظر میں آپ کو اس خیال کا خواب سے کوئی تعلق نظر نہیں آئے گا۔ لیکن ذرا زیادہ سوچنے سے اس بات کا تعلق آپ کی سمجھ میں آ سکتا ہے۔ فرض کیجئے ایک دوست نے آپ کو کسی سے متعارف کرایا جس کا آپ نے بہت ذکر اور تعریف سن رکھی تھی لیکن اس سے مل کر تھوڑی سی دیر کے لئے اس کی طرف سے آپ کے دل میں کوئی شک پیدا ہوتا ہے۔ پھر بھی آپ بہت جلد ہی اس خیال کو جھٹک دیتے ہیں اور اس سے گھل مل جاتے ہیں۔ آخر میں آپ اس نتیجے پر پہنچتے ہیں کہ یہ ہستی ''اتنی خراب نہیں'' یہ قرین قیاس ہے کہ اس واقعے کے بعد آپ ایک خواب دیکھیں جس میں یہ پر کشش اور کامیاب شخصیت ایک مضحکہ خیز پیکر یا ایک مخفی بلا یا ایک حقیر رینگنے والے کیڑے کی شکل میں نظر آئے۔ اس کا انحصار آپ کے اصل نظریے پر مبنی ہوگا۔ وہ پہلا ''دباؤ جھٹکا ہوا'' ردعمل آپ کے خواب میں ظاہر ہوگا اور اس سے نیا ردعمل پیدا ہوگا۔

اپنے خوابوں کو مندرج کرنا

خوابوں سے آگہی حاصل کرنے کا دوسرا طریقہ یہ ہے کہ ایک مخصوص عرصے تک

ان کا مطالعہ کیا جائے۔ ایک نوٹ بک رکھیں جس میں ہر خواب درج کیا جائے۔ اگر رات کو آپ کسی پریشان کن خواب سے جاگ جائیں تو اسے قلمبند کر لیں (اس کے بعد آپ کو پر سکون نیند بھی آ جائے گی) یا یہ کہ صبح بستر سے اٹھنے سے پہلے اسے لکھ ڈالیں۔ صرف معمولی طریقے سے خواب کی بنیادی صورتحال لکھنے پر ہی اکتفا نہ کریں۔ مثلاً اتنا لکھنا نا کافی ہوگا کہ آپ پہاڑ پر چڑھ گئے ہیں بلکہ ایک یا دو جملوں میں لازمی محسوسات کو بھی لکھیں ''میں پہاڑ پر چڑھا بڑی کوشش کی محسوس ہوا کہ کافی وقت لگ گیا اوپر چڑھنے میں لیکن چوٹی پر پہنچ کر بڑی مسرت ہوئی''۔ یہ لکھنا بھی ضروری ہے کہ خواب کے واقعات سے نتیجہ کیا برآمد ہوا۔ اکثر آپ کو معلوم ہوگا کہ جو کچھ آپ کرتے ہیں وہ بلا سبب نہیں ہوتا اور ان اسباب کو آپ بیدار زندگی میں بالکل غیر متعلقہ اور غیر منطقی سمجھتے ہیں۔ آئندہ جب آپ اپنے کسی دوست سے اپنا خواب بیان کریں تو اس کا خیال رکھیں کہ کتنی بار آپ یہ کہتے ہیں ''میں نے یہ کام اس وجہ سے کیا'' التزام کا یہ احساس اکثر عرصہ خواب میں کافی مضبوط ہوتا ہے۔ ایک مثال لیجئے: ''میں ایک منہ بند تنگ گلی اور ایک قاتل راستے پر بھاگ رہا تھا۔ کیوں کہ ایک وزنی ٹنکی مجھ پر لدی ہوئی تھی'' واقعات کا تسلسل خواب کی مخفی زبان کا ایک جزو ہے جو آپ کے لئے ایک اطلاع ہے۔ فرض کیجئے ٹنکی ایک آدمی کے مقصد کا احساس ہے تو شاید خواب کا مقصد یہ ہوا کہ اگر کسی مقصد کا پیچھا اکھرے ذہن سے کیا جائے، جس میں دوسرے امکانات کو لائق اعتنا نہ سمجھا ہو تو یہ ایک غلط خیال ہوگا۔ اس سے مرگ انجام صورتحال جنم لے سکتی ہے۔ کسی کام کو واقعات کی ترتیب کے مطابق کرنے کا پیغام دے کر یہ خواب آپ کی مدد کرنا چاہتا ہے۔

قسط وار خواب

اسی طرح خوابوں کی قسطیں بہت کچھ منکشف کر سکتی ہیں۔ اگر چہ خواب دیکھنے والا خود کو ہر جدا خواب میں مختلف دیکھ سکتا ہے لیکن جب ان خوابوں میں ترتیب قائم کی جائے گی تو

ایسا نقش ابھرے گا جو کم از کم اس کے غور وفکر کے علاقے کی نشاندہی کر سکے گا۔

بعض اوقات خوابوں کی قسطوں سے فکر کی ترقی کا پتہ چلتا ہے۔ اگر آپ کسی رشتے دار وغیرہ کے ساتھ کوئی تنازع رکھتے ہیں تو خوابوں کا سلسلہ کئی شکلوں میں مثلاً بہت زیادہ جارحانہ یا چاہت اور سپردگی کے رویے یا نفرت کی شدت میں قاتل بن جانے کے روپ میں نظر آ سکتا ہے۔ جس شے کو ایک خواب میں پہچاننا مشکل ہوتا ہے وہ شاید دو یا تین خوابوں کو یکجا کرنے سے سمجھ میں آ جاتی ہے۔ اور ان خوابوں کو عام عناصر بھی نظر آ جاتے ہیں۔

وقت غیر اہم ہے

مختلف تصویروں والے ایسے خوابوں کا ایک پہلو یہ بھی ہے کہ محو خواب دماغ وقت کا کوئی لحاظ نہیں رکھتا جبکہ وقت بیدار دماغ کے تجربے کا ایک جزو ہے۔ خواب دیکھنے والا دماغ وقت کا پاس رکھنا ضروری نہیں سمجھتا۔ ایک خواب جو آپ نے دس سال پہلے دیکھا ہو اس کا کوئی حصہ آپ کی موجودہ زندگی کے کسی حصے سے بھی تعلق رکھ سکتا ہے۔ واقعات میں مشترکہ روابط اور باتوں کی تلاش کیجئے اور صرف ایسے خوابوں کو رقم کرنے پر ہی زور نہ دیا کریں جو ایک دوسرے سے مربوط اور پیوستہ یا زندگی کے بہت زیادہ جیتے جاگتے اور حساس نظریوں کے ترجمان ہوں۔

اس کا مطلب یہ ہوا کہ اگر آپ کوئی ایسا واقعہ یا منظر خواب میں دیکھیں تو یک لخت آپ کو ماضی کی کوئی بات یاد دلا دے تو آپ اسے ضرور لکھ لیں۔ تخلیقی نفسیات کے ماہرین نے تخلیق سے پتہ لگایا ہے کہ خواب کی بہترین تشریحات میں بہترین تشریح وہ ہوتی ہے جو خود مریض بیان کرتا ہے۔ چنانچہ خوابوں کا غیر طبعی مطالعہ کرتے وقت بھی واقعات کا یہ ربط اور پیوستگی آپ کے لیے بہت معاون ثابت ہو سکتے ہیں۔ اوپر جو مثالیں زیر بحث آئیں ان پر غور کیا جائے تو معلوم ہوگا کہ اگر لڑکی کی یادداشت میں وہ وقت ہوتا جب وہ بہت مغموم اور تنہا تھی تو ظاہر خواب کا مدعا کچھ اور رہتا۔ اس وقت خوابوں کے سلسلے شاید یہ

کہتے کہ ”تم پھر چوٹ کھاؤ گی جس طرح پہلے کھائی تھی لہٰذا محتاط رہو۔“ بہر صورت مسئلہ یکساں ہے یعنی ماضی کا حال سے وابستہ ہونا اور وقت کا ترقی کرنا۔

اپنے خواب کس طرح دہرائے جائیں

جو شخص شاید ہی اپنے خواب دہراتا ہو یا وہ جو دہرا نہیں سکتا اکثر یہ سوچ کر مایوسی کے شکنجے میں پھنسا رہ گیا ہے کہ وہ نجی طور پر مستقبل کا حال جاننے سے رہ گیا ہے۔ اسے تھوڑی سی راحت مل سکتی ہے۔ اگر وہ یہ سوچے کہ ”آج رات میں یہ خواب دیکھوں گا۔“ بعض اوقات اس کے بڑے دلچسپ نتائج برآمد ہوتے ہیں۔ این فیراڈے (Ann Faraday) خوابوں کے مشہور برطانوی محقق نے خواب یاد رکھنے کے لیے بعض اصول واضح کیے ہیں۔ اس نے سونے سے قبل دو دو گھنٹے کے وقفے پر الارم گھڑی سیٹ کرنے کی تجویز کی ہے۔ اس سے آپ کافی طور پر اپنے خواب کا عرصہ حافظے میں محفوظ کر سکتے ہیں۔ نیند میں بار بار خلل بھی کچھ نہ کچھ کارگر ثابت ہوگا۔ کئی بار الارم کے جھٹکے اذیت دہ ثابت ہو سکتے ہیں۔ لہٰذا اگر ایک بار الارم لگایا جائے تو یہ آزمائش رات کے پچھلے پہر صبح ۳ سے ۵ بجے کے درمیان کی جائے۔ یہ زیادہ بہتر ہوگا۔

اگر آپ اس طرح اٹھ گئے تو قوی امکان ہے کہ آپ اپنے خوابوں کی تفصیل درج کر لیں گے ورنہ اس کی یاد بہت جلد مندمل ہو جائے گی اور یہ بہت بہتر ہوگا کہ آپ ایک کیسٹ ٹیپ ریکارڈ اپنے بستر کے قریب موجود رکھیں۔ یہ بھی ممکن نہ ہو تو ذرا اونچی آواز میں اپنے آپ سے کہیں۔ اس سے یہ ہوگا کہ یہ تمام تفصیل آپ کے بیدار دماغ میں داخل ہوگی اور موجودہ یاد کا ایک حصہ بن کر محفوظ رہ جائے گی۔ آپ اپنے خواب سے خواہ کسی بھی وقت بیدار ہوں، رات ہو یا صبح، یہ مشورہ یاد رکھیں کہ آپ کی حرکت دھیمی اور درست شروع ہونی چاہیے۔ اگر آپ خواب کو گرفتار کرنا چاہتے ہیں تو حقیقت کے دائرے کے اندر بالکل داخل نہ

ہوں۔ اگر آپ بستر سے اٹھ کر جھٹ سے کمرے میں رکھی ہوئی پنسل اٹھانے دوڑ پڑے تو حافظہ فوری طور پر خواب کے سلسلے میں مردہ ہو سکتا ہے جس سے ذہن میں تعطل یا خلا پیدا ہو سکتا ہے۔ بیٹھی ہوئی پوزیشن میں آہستہ آہستہ حرکت شروع کریں ۔بعض لوگ چند لمحوں کیلئے اپنی آنکھیں بند رکھتے ہیں اور اس عرصے میں زیادہ سے زیادہ باتیں کرنے کے لیے سعی کر لیتے ہیں۔ ایک خواب میں چھوٹی چھوٹی باتیں بھی اہم ثابت ہوتی ہیں' بالخصوص ایک عرصہ میں مہینہ میں خوابوں کی تسلسل سے لکھنے میں چھوٹی باتوں کی اہمیت ثابت ہوتی ہے۔ کسی خواب کی معمولی سی تفصیل کسی دوسرے خواب کے مرکزی حصے میں تبدیل ہو سکتی ہے۔

بہر حال یہ ضروری ہے کہ آپ زیادہ سے زیادہ باتیں تحریر کر ڈالیں تا کہ غور وخوض کے لئے ہر ممکن اور بھرپور مواد فراہم رہے۔

☆......☆......☆

خوابوں کے مخفی راز

اب ہم اس مرحلے میں پہنچ چکے ہیں جہاں ہم خواب کے ایک عجیب وغریب عمل پر بحث کریں گے۔ روحانی صلاحیتوں کے حامل مرد وعورت جو دوران نیند بھی مکمل طور پر باشعور رہتے ہیں۔ جب تک ذاتی طور پر ہم ان واقعات سے نہیں گزرتے ہم اس کی کیفیات کو سمجھ نہیں سکتے۔ مختلف لوگوں سے حاصل شدہ معلومات کے مطابق ایسے خوابوں کی کیفیات بہت دلفریب ہوتی ہیں۔ ان لوگوں کو احساس ہوتا ہے کہ وہ خواب در خواب کی کیفیت میں موجود ہیں اور اس کیفیت پر دسترس حاصل کر کے اس سے اپنی روحانی قوت میں بھی اضافہ کر سکتے ہیں۔ ایسی معلومات جو عام طریقے سے حاصل نہیں کی جا سکتیں' ان خوابوں سے حاصل کر لی جاتی ہیں۔

خوابوں سے استفادہ کرنیوالوں کا دعویٰ

یہ کہا جاتا ہے کہ اس قسم کے خواب یا بیرونی جسم کے تجربات OBE میں ایسے لوگوں کے ساتھ پیش آتے ہیں جن کو ان کی ضرورت ہوتی ہے جو ان کی جانب سے سنجیدگی سے متوجہ ہوتے ہیں یا خوابی یادداشتوں میں ان کا انہماک زیادہ ہوتا ہے۔ ان خوابوں سے استفادہ کرنے والے یہ دعویٰ کرتے ہیں کہ اس کیفیت میں اگر دو افراد آپس میں ملاقات کرتے ہیں تو بیداری میں یا اگلے دن اس کا عملی مظاہرہ بھی ہوتا ہے۔ لیکن یہ بہت عجیب بات نہیں ہے لیکن یہ ماورائی کیفیت حاصل کئے بغیر بھی ہم میں سے زیادہ تر لوگوں کے لیے یہ ممکن ہوتا ہے کہ دوران خواب شعور کو بیدار رکھ سکیں۔ یعنی لاشعوری کیفیات جو خواب کا اصل سبب ہیں۔ ان کو شعوری دماغ کے ذریعے کنٹرول کریں۔ ایسے خواب جن میں شعوری کنٹرول

شامل ہو روشن خواب Lucid Dream کہلاتے ہیں۔ اس کی خصوصیت یہ ہے کہ انسان کو یہ پتہ ہوتا ہے کہ وہ نیند کی حالت میں ہے یا خواب دیکھ رہا ہے۔ یہ ان لوگوں میں خصوصی طور پر دیکھے جاتے ہیں۔ جو اپنے تجربات آسانی سے نہ بھلا سکتے ہوں۔ بہت سے لوگ جس میں (مصنف) مَیں خود بھی شامل ہوں، خواب دیکھنے کے دوران روشن خواب کی وضاحت ہو جاتی ہے۔ رنگ انتہائی واضح ہو جاتے ہیں یہی وہ عنصر ہے جس سے یہ ثابت ہوتا ہے کہ خوابوں کو کنٹرول کیا جاسکتا ہے کہ اب اس کو کیا کرنا چاہیے۔ اس حالت میں زیادہ تر قائم رہنا مشکل ہے۔ اکثر لوگ جاگ جاتے ہیں اور یوں روشن خواب عام سے خواب میں محدود ہو جاتا ہے بعض اوقات خواب تھوڑے وقفہ کیلئے واضح ہوتا ہے۔ یہ بھی ممکن ہے کہ اگر کبھی اس طرح کی کیفیت سے واسطہ پڑ جائے تو ہو سکتا ہے کہ دوبارہ یہ کیفیت ہفتے، مہینے یا سال بھر بعد ہو لیکن اکثر مختصر عرصہ میں کئی دفعہ ان کیفیات سے واسطہ پڑتا ہے لیکن اس کی معقول وجہ نظر نہیں آتی۔ بعض لوگ اس طرح کے خوابوں کیلئے مختلف تکنیک استعمال کرتے ہیں اور اچانک اس میں کامیاب بھی ہو جاتے ہیں اور یہ سلسلہ کئی راتوں تک جاری رہتا ہے لیکن پھر بغیر کسی وجہ کے یہ سلسلہ ترک ہو جاتا ہے اور دیکھنے والا ابتدائی مقام پر کھڑا نظر آتا ہے۔ اس قسم کے خواب دیکھنے والوں کی درست تعداد کا اندازہ نہیں مگر 70 فیصد لوگ اس بات کا دعویٰ کرتے ہیں کہ وہ اس قسم کی خوابی کیفیت سے اکثر دو چار ہوتے ہیں۔ یہ تناسب بہت زیادہ ہے۔ یہاں یہ سوال اُبھرتا ہے کہ آیا یہ لوگ روشن خواب کے صحیح طریقہ سے واقف بھی ہیں یا نہیں۔

روشن خوابوں کی انوکھی خصوصیات

کسی بھی عمل کا ایک حصہ نہایت عجیب و غریب ہوتا ہے۔ خوابوں کے بھی کئی پہلو نہایت عجیب ہوتے ہیں۔ مثلاً یہ کہ آدمی خواب میں دوسری دنیا کا سفر کر رہا ہے مگر اس کا شعوری دماغ

بھی متحرک ہے اور وہ کوئی بھی فیصلہ کرنے کے قابل رہتا ہے حالانکہ خوابوں میں نظر آنے والے یہ واقعات اور مناظر لاشعور کا ایک ماورائی عمل ہے۔ یعنی ان روشن خوابوں میں وہ مشاہد بھی ہوتا ہے اور مشہود بھی۔ وہ اپنے آپ کو دوسری دنیاؤں میں سفر کرتے بھی دیکھتا ہے۔ نیز وہ یہ بھی جانتا ہے کہ یہ خواب ہے یعنی اسے اپنے شعوری جسم کا اندازہ بھی ہوتا ہے۔

معمولی تخلیقی صلاحیت

ان خوابوں کی ایک اور انوکھی بات غیر معمولی تخلیقی صلاحیت ہے۔ مثلاً اگر کسی سمندری جزیرہ کو خواب میں دیکھوں تو اس میں میری ذاتی کوشش کا دخل نہیں ہوگا۔ جزیرے کی تخلیق خود بخود میرے سامنے ہو جائے گی۔ حتیٰ کہ اس میں میرے گذشتہ تجربات زندگی کی بھی کوئی آمیزش نہیں ہوتی۔ ایسے خواب میں کسی بھی جگہ کو روپ دینے میں میرے دماغ کی کوئی کارکردگی نہیں ہوتی بلکہ یہ سب کچھ فطرت کے ہاتھوں میں ہوتا ہے۔ اگر خواب میں کسی جگہ پہنچنے کی کوشش کرتا ہوں تو اس کیلئے شعوری کوشش اہمیت نہیں رکھتی۔ نہ میں ہاتھ پیر چلاتا ہوں نہ جسمانی طور پر کوئی فاصلہ طے کرتا ہوں اور اس کا خاکہ ذہن میں بنانے کی ضرورت بھی پیش نہیں آتی بلکہ خواب از خود تمام تفصیلات اور اس جگہ کا خاکہ میرے سامنے لے آئے گا۔ یہ ہو سکتا ہے کہ خاکہ اور حقیقت میں ناقابل بیان فرق ہو جو اکثر خوابوں میں دیکھنے میں آتا ہے۔ مثلاً میں (مصنف) نے خواب میں اپنا کمرہ دیکھا جس کی دو کھڑکیاں تھیں مگر حقیقتاً میرے کمرے میں ایک ہی کھڑکی ہے۔ میں نے خواب میں اپنے دوست کو جوان، بوڑھا، پستہ قد اور طویل القامت دیکھا جبکہ حقیقت میں وہ ایک ہی شخصیت کا مالک ہے۔ میرے لئے یہ کتنا تکلیف دہ ہی کیوں نہ ہو لیکن یہ خوابوں کی اپنی خصوصیت ہے۔ جس میں میرا کوئی دخل نہیں ہے۔

خود کو اجنبی قصبے اور سڑک پر دیکھا

مجھے (مصنف کو) یاد ہے کہ ایک دفعہ میں نے خواب میں خود کو اجنبی قصبے اور سڑک

پر دیکھا۔ وہاں ہر چیز معمول کے مطابق تھی۔ یعنی سڑک، لوگ، دکانیں عام سی تھیں۔
اس خواب میں جو چیز غیر حقیقی تھی وہ یہ کہ میں اپنے پیروں کو استعمال کرنے کے بجائے
فٹ پاتھ پر پھسل رہا تھا اور میں بہت پریشان تھا کہ لوگ مجھے دیکھ کر کیا کہیں گے۔

بعض دفعہ یہ بھی ہوتا ہے کہ خواب میں یہ تاثر ابھرتا ہے کہ میں جس جگہ سفر کر
رہا ہوں وہ سب کچھ تو اپنی جگہ حقیقت ہے مگر میرا اس جگہ سے گزر ایک غیر مادی جسم کی
حیثیت سے ہوتا ہے یعنی جس جگہ سے گزر رہا ہوں وہ ماحول تو اپنی جگہ مسلم ہے مگر
میری ذات اس ماحول کی گرفت کو توڑ رہی ہے۔ اس طرح کے خواب دیکھنے والوں
کیلئے ایک تجربہ یکساں ہوتا ہے جس کو ہم مصنوعی بیداری کا نام دیتے ہیں۔ جو لوگ
اس عمل سے گزرتے ہیں وہ مکمل طور پر روشن خوابوں کی صلاحیت کو حاصل کر لیتے
ہیں۔ بعض لوگ ان انوکھے خوابی واقعات سے خوفزدہ بھی ہو جاتے ہیں۔ مثلاً میری
(مصنف کی) ملاقات ایک ایسی عورت سے ہوئی جو مصنوعی بیداری کے تجربے سے
گزری تھی۔ اس نے خواب میں دیکھا کہ آئینے کے سامنے بیٹھ کر کنگھا کر رہی ہے۔
اس دوران اچانک اسے احساس ہوا کہ آئینہ میں اس کا عکس غائب ہو چکا ہے۔

OBE تجربات

بیرونِ جسم تجربات ایسے واقعات کی طویل سیریز ہے جو دنیا کے تقریباً تمام
خطوں کے لوگوں کے تجربات پر مبنی ہے۔ اس کیفیت میں کوئی شخص دیکھتا ہے کہ
اس کے مادی جسم سے لطیف جسم نکلتا ہے۔ اس شخص کا شعور لطیف جسم میں ہوتا ہے
اور وہ مادی جسم کو بیرونی اشیاء کی طرح دیکھتا ہے۔ ان تجربات کو Out
Of Body Experience یا مختصراً OBE کہا جاتا ہے۔

جس طرح مصنوعی بیداری روشن خواب کی ایک راہ ہے اسی طرح یہ روشن خواب
عمومی خواب اور بیرون جسم تجربات OBE کے درمیان ایک راستہ ہیں۔ اس تجربہ
کے دوران ایک شخص معلوم اور نا معلوم مناظر کے درمیان سفر کرتا ہے۔ فرق صرف یہ

ہوتا ہے کہ اس حالت میں ایک شخص اپنے آپ کو طبعی طور پر اس منظر سے الگ محسوس
کرتا ہے۔ اس قسم کے تجربات سے نیند کے علاوہ بھی واسطہ پڑ سکتا ہے۔ یہ تجربات
اس وقت پیش آتے ہیں جب آدمی کو اچانک کوئی صدمہ پہنچے، بے ہوشی کے عالم میں
غیر شعوری کیفیات سے گزرے یا اچانک تھوڑی دیر کے لئے دل دھڑکنا بند ہو جائے
۔ اس حالت کو ڈاکٹر ''طبی موت'' قرار دیتے ہیں۔ اس موضوع پر معلومات میں بڑی
تیزی سے اضافہ ہو رہا ہے۔ OBE سے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ اس کا مقصد بھی خواب
اور بیداری دونوں سے ملتا جلتا ہے۔ اگر ایسا ہی ہے تو ہم خواب کے حوالہ سے اپنے
مقاصد کے حصول کیلئے اس تکنیک پر غور کر سکتے ہیں۔

درحقیقت بیرون جسم تجربات OBE کے دوران مادی جسم سے شعور علیحدہ ہو جاتا
ہے۔ ایسا احساس ہوتا ہے کہ آدمی باہر سے اپنے جسم کو دیکھ رہا ہے۔ میں (مصنف) نے
اس تجربہ سے ڈھلتی عمر میں واقفیت حاصل کی۔ ہوا یوں کہ میرے دوست کے بھائی نے
بتایا کہ اس کو سوتے میں اچانک یوں محسوس ہوا کہ وہ بستر سے کچھ میٹر کی بلندی پر لٹکا ہوا
ہے۔ بستر پر آنے کی خواہش بہت تکلیف دہ تھی جب اس نے محسوس کیا کہ وہ واپس
اپنے بستر پر آنے میں ناکام ہو گیا ہے۔ آخر کافی کوشش کے بعد وہ بستر پر واپس چلا گیا۔
جب وہ واپس اپنے جسم میں آیا تو اسے معلوم ہوا کہ انتہائی پسینہ نکلا ہوا ہے اور دل کی
رفتار انتہائی تیز ہے۔ OBE کے دوران آدمی یہ خیال کرتا ہے کہ یہ سب کچھ جسم سے
باہر ہو رہا ہے اور عام حالات میں مادی جسم ان کیفیات سے نہیں گزر سکتا۔

روح طبعی جسم کو چھوڑ دیتی ہے

کئی روحانی اور پر اسرار علوم کی تہذیبیں یہ بتاتی ہیں کہ OBE کے دوران
روح طبعی جسم کو چھوڑ دیتی ہے اور پھر وہ اس دنیا میں سفر کرنے کیلئے آزاد ہو جاتی
ہے۔ طبعی موت پر ہونے والی جدید میڈیکل تحقیقات OBE کی تصدیق کرتی ہیں
لیکن کچھ لوگ اس کی مخالفت کرتے ہیں۔ ان کا کہنا ہے کہ OBE دراصل

صدمات اور پریشان کن حالات کے دوران وقوع پذیر ہونے والی غیر حقیقی تصورات ہیں۔ ان کی حقیقت تصوراتِ خام کے علاوہ کچھ نہیں ہے۔

اس سے پہلے کہ اس پر مزید بحث کی جائے، میرا (مصنف کا) نظریہ یہ ہے کہ جو لوگ ان تجربات سے گزرتے ہیں ان سے پوچھا جائے کہ اس تجربہ کے دوران شعوری کیفیات بیدار ہونے تک ان کی کیا کیفیات تھیں۔ کیا وہ سخت خوفزدہ تھے، یہ سب کچھ خواب محسوس ہو رہا تھا اور کیا اس میں کوئی حقیقت محسوس ہوئی؟

تجربات عام اور روشن خواب سے مختلف ہیں

اگر لوگوں سے OBE کی تشریح کرنے کو کہا جائے تو وہ ایسے طریقے سے بیان کرتے ہیں جس سے معلوم ہوتا ہے کہ ان کا طبعی جسم وقتی طور پر شعور سے بے بہرا ہو جاتا ہے اگر اس سے یہی مطلب اخذ کر لیا جائے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ یہ تجربات عام خواب اور روشن خواب دونوں سے مختلف ہیں۔ لیکن یہ بات طے ہے کہ خواب میں حقیقت کا کتنا ہی روپ کیوں نہ ہو خواب صرف خواب ہوتا ہے جس کا احساس بیدار ہونے پر ہی ہوتا ہے مگر OBE تجربات کے بعد ان کیفیات کا احساس کافی عرصہ تک برقرار رہتا ہے۔ اس حالت میں شعور طبعی جسم کا ساتھ چھوڑے رکھتا تھا۔ ایسی صورت حال میں موت اور زندگی کا تصور اس کے سامنے تبدیل ہو جاتا ہے۔

☆......☆......☆

خواب کی حقیقت

"یار رشید رات میں کسی چوک پر کھڑا تھا کہ ایک چم چم کرتی کار میرے قریب آ کر رک گئی میں نے دیکھا کہ اس میں ڈرائیور نہیں تھا میں نے ادھر ادھر دیکھا ڈرائیور کہیں نظر نہیں آیا تب مجھے خیال آیا کہ شاید یہ میرے لئے ہے۔ چنانچہ میں اس کی ڈرائیونگ سیٹ پر بیٹھ گیا اور پھر اسے سٹارٹ کر کے چل دیا۔ گاڑی فراٹے بھرتی چلی جا رہی تھی کہ میرا ہاتھ اچانک ایک بٹن پر جا پڑا تب گاڑی اڑنے لگی"۔

خوابوں کے پیچھے بھاگتے دن گزر جاتے ہیں

اکبر نے رشید کے پھٹے پرانے کپڑوں اور چہرے پر پڑی دھول کو دیکھتے ہوئے پوچھا، "پھر کیا ہوا"؟ پھر ایسا محسوس ہوا کہ گاڑی سے آگ کے شعلے بلند ہونے لگے ہیں۔ جن کی تپش سے میرا پورا جسم مجھے جلتا ہوا محسوس ہوا۔ تب ان شعلوں کی تپش سے میری آنکھ کھل گئی۔ کاش میری گاڑی اتنی جلدی شعلوں کی نظر نہ ہوتی اور میں مزید کچھ وقت سیر تو کر لیتا۔ چاہے وہ خواب میں ہی ہوتی"۔ اکبر نے یاس بھری سانس کھینچتے ہوئے رشید کو جواب دیا۔

"دھت تیرے کی! تو یہ خواب تھا۔ اکبر نے رشید کو زور سے ایک دھپ مارتے ہوئے کہا۔ یہ اور اس قسم کے بہت سے خواب، ہم روزانہ دیکھتے ہیں۔ یہ ہماری زندگی کا حصہ ہیں اور ہماری راتیں اور دن اس قسم کے خواب دیکھنے اور خوابوں کے پیچھے بھاگتے گزر جاتے ہیں۔

خوابوں سے دماغ کو مستحکم اور متوازن رکھ سکتے ہیں

خواب کیوں آتے ہیں؟ ان کی ترجمانی کیسے کی جائے؟ اس کے بارے میں اگرچہ کوئی حتمی رائے تو قائم نہیں کی جاسکتی۔ مگر یہ حقیقت ہے کہ خوابوں سے ہم اپنے

دماغ کو مستحکم اور متوازن ضرور رکھ سکتے ہیں۔ خواب کی اگر صحیح ترجمانی ممکن ہو تو متعدد مسائل حل کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔ جدید تحقیق کے مطابق خواب انسانی زندگی کیلئے ناگزیر ہیں۔ اگر کوئی شخص چند دن خواب نہ دیکھے تو وہ نا صرف چڑ چڑا اور بے چین ہوگا۔ بلکہ معمول کے کام کاج کرنا بھی اس کیلئے ناممکن ہو جائے گا۔ چنانچہ پرسکون زندگی اور آرام دہ نیند کیلئے خواب دیکھنا ضروری اور مفید ہے۔ لیکن خواب دیکھنا کسی کے اپنے اختیار و طاقت میں نہیں ہوتے۔

خواب کا حقیقت سے کم ہی واسطہ ہوتا ہے

خوابوں کے بارے میں اب تک کوئی خاص نظریہ قائم نہیں کیا جاسکا۔ یہی کہا جاتا ہے کہ خواب اتفاقاً آتے ہیں اور ان کا بھی حقیقت سے کم ہی واسطہ ہوتا ہے۔ قابل ذکر بات یہ ہے کہ کوئی شخص خواب دیکھ رہا ہو اور ادھورے یا تشنہ خواب میں اس کی آنکھ کھل جائے تو اندازہ لگایا جاسکتا ہے۔ کہ بیدار ہونے والا یہ شخص ضرور کوئی خواب دیکھ رہا تھا۔ خواب میں بعض عجیب وغریب مقام، واقعات اور مناظر نظر آتے ہیں اور کئی دفعہ حالت خواب میں انسان ایسے کام کرتا ہے جن کا عملی زندگی میں تصور بھی نہیں کیا جا سکتا۔ یہ حقیقت تقریباً ہر کوئی جانتا ہے کہ دماغ کے معمولی سے حصے کو بھی اگر بجلی کا کرنٹ لگایا جائے تو یادداشت ایک تصویر، آواز اور عملی شکل میں رونما ہونا شروع ہو جاتی ہے اور گزرے ہوئے واقعات ایسے یاد آنے لگتے ہیں۔ جیسے ابھی ہی گزرے ہوں۔ یہی حال خوابوں کا ہے۔

دماغ کے خلیے یادداشت کو چوس کرتے ہیں

ایک نظریے کے مطابق جب انسان گہری نیند سوتا ہے تو اس کے دماغ کے بعض خلیے بیٹری کی مانند چارج ہونا شروع ہو جاتے ہیں اور اس کیساتھ ہی از خود ایک برقی آلے کی طرح وہ دیگر خلیوں کو حرکت پر آمادہ کرتے ہیں اور پھر خواب میں ہم اس طرح چلتے پھرتے، کام کرتے، گفتگو کرتے نظر آتے ہیں، جیسے جاگتے میں ہوتا ہے۔ دماغ کے یہی

خلیے ہماری یادداشت کو بھی چوس کرتے ہیں اور ہمارا ماضی مناظر کی شکل میں دماغ کی سکرین پر منعکس ہوتا ہے اور خواب میں ہم ایک متحرک فلم دیکھنا شروع کر دیتے ہیں۔

نظام ہضم خواب لانے کا سبب ہوتا ہے

جسم کے نظام ہضم کی کارکردگی یا دماغی اتار چڑھاؤ کی تبدیلی بھی خواب لانے کا سبب ہوتی ہے، ایسی صورت میں آنے والے خواب بیدار ہونے کے بعد یاد بھی رہتے ہیں۔ ایسے نظریہ کے مطابق انسانی خوراک کا اس کے خوابوں کے ساتھ گہرا تعلق ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ بہت سے محرک اور عوامل ایسے ہیں، جن سے ہم اپنی دماغی حالت اور خوابوں کے بارے میں اندازہ لگا کر حقائق سے آگاہی حاصل کر سکتے ہیں۔ کہتے ہیں دوران خواب کسی شخص کے چہرے کے مختلف حصوں پر ٹھنڈا پانی چھڑکا جائے تو اس سے خواب مربوط رہتے ہیں۔

خواب کا دورانیہ قابل قدر ہوتا ہے

ایک تحقیق کے مطابق خواب کا دورانیہ بھی حقیقی زندگی کے لمحات کی طرح قابل قدر ہوتا ہے۔ آنے والے خوابوں کی معنویت کے بارے میں دماغی امراض اور نفسیات کے ماہرین کی آراء اور نظریات بھی متضاد اور جداگانہ ہیں۔ بعض کا کہنا ہے کہ لوگ جو سوچتے اور اپنے مستقبل کے بارے میں جس قسم کے پروگرام بناتے ہیں انہیں خواب میں وہی کچھ نظر آتا ہے اور بعض کے مطابق ہماری زندگی کے عام واقعات، توقعات اور مسائل کی تصاویر خوابوں میں نظر آتی ہیں بیشتر نفسیات دان اور فلاسفر کہتے ہیں کہ انسان کی نفسیاتی حالت کا اس کے خوابوں پر گہرا تعلق ہوتا ہے۔ مسائل کا شکار لوگ پریشان خواب دیکھتے ہیں اور آسودہ حال لوگوں کو دلچسپ اور خوشگوار خواب نظر آتے ہیں۔ اس کے علاوہ نشہ کرنے والے اور حساس لوگوں کو ڈراؤنے اور عجیب وغریب خواب آتے ہیں۔ تاہم یہ مسلمہ حقیقت ہے کہ خوابوں سے بچنا بہر حال انسان کے بس سے باہر ہے۔

خواب کیا ہیں؟

اس سلسلہ میں مشہور چینی فلاسفر اور نفسیات دان ڈاکٹر ژونگ کہتے ہیں کہ خواب وہ چھوٹا سا چور دروازہ ہے جو روح کے اندرونی نہاں خانوں میں کھلتا ہے۔ خوابوں میں ہم اس عالمگیر اور ازلی انسان کا روپ دھار لیتے ہیں جو شب اول سے ہی چلا آ رہا ہے، وہاں وہ اس کلی صورت میں ملتا ہے اور وہ کل اس صورت میں مضمر ہے جو فطرت سے غیر ممیز ہوتا ہے اور اس کی تمام عنانیت عریاں ہو جاتی ہیں۔

ایک یونانی فلسفی اور نفسیات دان ہیپو فریطس کا خیال ہے کہ جب انسان کا جسم سو جاتا ہے تو اس کی روح بیدار ہو جاتی ہیں اور ہر اس جگہ جاتی ہے کہ جہاں تک اس کا جسم جا سکتا ہے۔ وہ ہر اس چیز کو دیکھتی، چھوتی اور پہچانتی ہے جسے عالم بیداری میں وہ چھو، دیکھ اور پہچان سکتا ہے، دوسرے لفظوں میں انسان کو خوابیدگی کے بعد روح اپنا عمل شروع کر دیتی ہے اور روح کا چور دروازہ چونکہ انسانی دماغ ہے اس لئے بیداری کے بعد انسان کو دوبارہ وہ سب یاد آ جاتا ہے جو اس نے نیند کی حالت میں دیکھا ہوتا ہے۔

ایک اور مشہور ماہر نفسیات اور فلاسفر ڈاکٹر ایڈلر کے خیال میں خواب کی تعریف یوں کی جا سکتی ہے کہ ''خواب انداز زیست سے مطابقت رکھتے ہیں اور انسان کو آنے والے خوش گوار یا ناگوار واقعات کی نہ صرف اطلاع ہی دیتے ہیں بلکہ انسان کو ان سے نبٹنے کیلئے تیار کرتے ہیں''۔

خوابوں کی اقسام

فرائڈ کے نزدیک خواب تین قسم کے ہوتے ہیں۔

ا:۔ تمنائی خواب ۲:۔ تشویشی خواب ۳:۔ تعزیراتی خواب

جب کہ ڈاکٹر ژونگ کے نزدیک یہ دو اقسام پر مشتمل ہیں۔

ا:۔ ذاتی خواب ۲:۔ اجتماعی خواب

فرائڈ کے تمنائی خوابوں سے مراد یہ ہے کہ فرض کیا کوئی پیاسا یا بھوکا شخص اگر خواب

میں پانی پی لے یا مرغن غذائیں کھا لے جبکہ وہ عام زندگی میں یہ غذائیں حاصل نہ کر سکا ہو تو پھر اس کا لاشعور اور اس میں موجود شدید خواہش (خواہ وہ جنسی ہی کیوں نہ ہو) اس کے خواب پوری کر دیتے ہیں یعنی ان کی خواہش اور وہ تمنا جس کی وہ عام زندگی میں شدت سے کمی محسوس کرتا ہے پوری ہو جاتی ہے اور وہ اس کی لذت سے آشنا ہو جاتا ہے۔

ڈاکٹر ژونگ کے ذاتی خوابوں سے مراد ایسے خواب ہیں جن کے اثرات فرد یا زیادہ سے زیادہ چند افراد یا اس کے اہل خانہ تک ہی محدود ہوتے ہیں بعض لوگ انہیں جھوٹے خواب کہتے ہیں کیونکہ ایسے خواب ایک عام آدمی دیکھتا ہے اور اجتماعی خواب انبیاء کرام، سربراہان مملکت یا قبائل کے سرداروں کو نظر آتے ہیں۔ بعض قبائل کے نزدیک یہ عظیم خواب ہوتے ہیں کیونکہ ان کا تعلق پوری قوم یا ہزاروں لاکھوں افراد سے ہوتا ہے جیسے کہ عزیز مصر کا خواب جس کی تعبیر حضرت یوسفؑ نے بتائی تھی اس خواب کی تعبیر آنے والے چودہ سالوں پر محیط تھی یہ ایک اجتماعی خواب تھا لیکن اس قید خانہ میں موجود ان کے دو ساتھیوں کے خواب ذاتی نوعیت کے تھے کیونکہ ان کے اثرات صرف ان ہی تک محدود تھے کہ ان میں سے ایک کو رہا اور دوسرے کو قتل کر دیا گیا، یا حضرت یعقوبؑ کے عظیم فرزند حضرت یوسفؑ کا خواب جس کی تعبیر حضرت یعقوبؑ نے بتائی تھی کہ جس میں انہوں نے اپنے صاحبزادے کو اپنے بھائیوں سے خبردار رہنے کی ہدایت فرمائی تھی۔

خوابی اشارے

خوابوں میں عام طور پر جن چیزوں اور اشیاء کا اظہار اشاراتی انداز سے ہوتا ہے، ان کی تعداد فرائڈ کے بقول کچھ زیادہ نہیں۔ یہ بحیثیت مجموعی انسانی جسم والدین، بچے، بھائی، بہن، پیدائش و موت اور عریانی وغیرہ عام طور پر نمایاں ہیں۔ اس کی نظر میں انسانی جسم ایک گھر کے روپ میں آتا ہے۔ گھر کی دیواریں اگر ہموار ہوں تو مرد اور اگر چھجے، بالکونیاں وغیرہ بھی ہوں تو عورت کی طرف اشارہ ملتا ہے۔ بچے اور بہن بھائی

کیڑے مکوڑوں کی شکل میں نظر آتے ہیں۔ پانی لازمی طور پر پیدائش کی طرف اشارہ کرتا ہے اور سفر و مواصلات کا مطلب موت کا اشارہ ہے۔ ایڈلر فرائڈ کی طرح خوابوں میں مستقبل کے اشارات کی اہمیت کو تسلیم نہیں کرتا اور نہ ہی خوابوں کی تشریح کیلئے کبھی اشارات کا سہارا لینے کی کوشش کرتا ہے۔ فرائڈ کے برعکس ایڈلر کے خیال میں خواب کا مقصد انسان پر ایک خاص کیفیت (موڈ) کا طاری کرنا ہے۔ مثلاً اگر وہ کسی حادثے کا شکار ہونے والا ہے تو خواب ذہنی طور پر (ایک لحاظ سے جسمانی بھی) اس میں وہ موڈ پیدا کردے گا جس کے اثرات کے تحت حادثہ سے دوچار ہونے کی صورت میں بھی شخصیت کی وحدت کو برقرار رکھ سکے۔ اس لئے خواب کی تشریح کرتے وقت سب سے پہلے موڈ کا جائزہ لینا چاہئے کیونکہ ہر فرد کے انفرادی مقصد حیات اور انداز زیست کی نسبت سے ان کا موڈ بھی مختلف ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ایڈلر فرائڈ کے مستقل اشارات کے نظریہ کو تسلیم نہیں کرتا۔

خواب کی تعبیر:

خوابوں کی تعبیر کے متعلق سینکڑوں برسوں سے کتابیں لکھی جارہی ہیں۔ لیکن یہ کس قدر سچی اور قابل عمل ہیں ان کے بارے میں یقین سے کچھ نہیں کہا جاسکتا۔ کیونکہ ہر خواب نہ تو معنی خیز ہوتا ہے اور نہ ہی مقصدیت سے خالی۔ سب سے بڑی بات یہ ہے کہ خواب صرف وہی شخص دیکھتا ہے جس کو نیند آتی ہے۔ اسکے علاوہ ہر شخص اپنے خواب خود دیکھتا ہے۔ ایک خواب دوسرا نہیں دیکھ سکتا اگر ایسا ممکن ہوتا تو خوابوں کا تجزیہ کرنے میں بہرحال آج مدد ضرور ملتی۔ چنانچہ جب کوئی شخص کسی کو اپنا خواب سنانے کے بعد کسی سے اس کی تعبیر یا مطلب پوچھتا ہے تو دوسرا اندازے قائم کرکے مسائل کو نہ صرف خوش فہمی بلکہ بعض اوقات عجیب ذہنی الجھن میں مبتلا کردیتا ہے۔

☆......☆......☆

خواب کیا کہتے ہیں؟

خوابوں کا مظہر زمانہ قدیم سے ہی انسان کی دلچسپی کا باعث رہا ہے۔ خواب دیکھنا ایک ایسا تجربہ ہے جس سے ہر خاص و عام بخوبی واقف ہے۔ خواب جہاں قدیم دور میں غیب اور مستقبل کے بارے میں پیش گوئیوں کا ذریعہ رہے ہیں، وہیں زمانہ حال میں ذہنی امراض کی تشخیص و معالجے میں خوابوں کی اہمیت میں بہت زیادہ اضافہ ہوا ہے۔ ماہرین طب ونفسیات کے علاوہ خواب اور ان کی تعبیر کے موضوعات عام آدمی کے لئے بھی دلچسپی کا باعث ہیں۔ زیرِ نظر مضمون میں خواب کے بارے میں چند ایسی ہی عام فہم اور دلچسپ معلومات کو یکجا کیا گیا ہے۔

خواب اور حقیقت کا باہمی تعلق

خوابوں کے ضمن میں یہ بات اہم ہے کہ خوابوں میں دکھائی دینے والے مناظر، مکالمات اور واقعات کا ہماری بیداری کی زندگی سے کیا رشتہ ہوتا ہے۔ اس حوالے سے خوابوں پر تحقیق کرنے والے ماہرین کی آرا باہم متضاد نظر آتی ہیں۔ ایک ماہر عضویات جس نے خوابوں کا بہت باریک اور محتاط مطالعہ کیا، لکھتا ہے: ''بیداری کی زندگی اپنی تمام تر مشقتوں اور آسائشوں سمیت خوابوں میں کبھی بھی نہیں دہرائی جاتی حتیٰ کہ جب ہمارا ذہن کسی مسئلے پر بہت الجھا ہوا ہوتا ہے یا کسی تلخ پریشانی نے ہمیں جکڑ رکھا ہوتا ہے یا کسی کام کو انجام دینے کے حوالے سے ہم پر بہت دباؤ ہوتا ہے تو بھی خواب ہمارے لئے ایک بالکل ہی مختلف صورت دکھاتے ہیں''۔ ایک اور ماہر کے بقول ''خواب دیکھنے والا حقائق کی دنیا سے اپنا منہ پھیر لیتا ہے اور اپنی روزمرہ کی ذمے داریوں اور فرائض کو خوابوں کی دنیا ہی میں کہیں گم کر بیٹھتا ہے''۔ لیکن ماہرین کا ایک دوسرا گروہ اس بات کی تردید کرتا ہے کہ خواب ہماری بیداری کے تجربات سے لاتعلق

ہوتے ہیں۔ ایسے ماہرین کا کہنا ہے کہ ''خوابوں کی اکثریت ایسی ہے جس کے ڈانڈے بالآخر روزمرہ کی زندگی سے جا ملتے ہیں۔ خواب ہمیں حقائق سے آزاد کرنے کے بجائے ایک دوسرے انداز میں ان کی طرف دھکیل دیتے ہیں''۔ ایسے ہی ایک اور ماہر کے بقول: ''خواب ہماری بیداری کی زندگی کو ہی آگے بڑھاتے ہیں''۔

ماہرین کے ان دونوں گروہوں کی آرا میں مطابقت پیدا کرنا بظاہر بہت مشکل ہے۔ حقیقت کچھ بھی ہو، اس بات سے انکار نہیں کیا جا سکتا کہ خواب جو کچھ ہمارے لئے پیش کرتے ہیں وہ چاہے ہمارے مسائل اور مقاصد سے تعلق رکھتا ہو یا نہ رکھتا ہو، سب کا سب ہماری روزمرہ کی زندگی کے ہی براہ راست یا بالواسطہ تجربات سے ماخوذ ہوتا ہے۔

خوابوں کے ماخذ اور محرکات

خواب کیسے پیدا ہوتے ہیں، اس حوالے سے ماہرین نے محرکات کی چار اقسام بیان کی ہیں۔

ا۔ خارجی حسی محرکات (External Sensory Stimuli)

نیند کے دوران بھی ہمارے حواس ایسے بہت سے محرکات وصول کر سکتے ہیں جو ہمارے ذہن میں داخل ہو کر خوابوں کو جنم دے سکتے ہیں۔ مثلاً سوتے ہوئے ہماری آنکھوں پر تیز روشنی پڑ سکتی ہے، کسی شور کی آواز ہمارے کانوں میں داخل ہو سکتی ہے یا کوئی تیز بو ہمارے ناک کی جھلی پر ناگوار اثر ڈال سکتی ہے۔ اسی طرح نیند کے دوران ہمیں کوئی مچھر کاٹ سکتا ہے۔ ماہرین کے مطابق ایسی ہر خارجی تحریک مختلف خوابی مناظر یا علامات کو تشکیل دے سکتی ہے۔ مثال کے طور پر نیند کے دوران کانوں میں پڑنے والی بادلوں کی گڑگڑاہٹ ہمارے خوابوں میں جنگی مناظر پیدا کر سکتی ہے۔ سوتے ہوئے اگر ہمارے جسم کے کسی حصے یا پورے جسم پر سے لحاف سرک جائے تو خواب میں ہم خود کو عریاں چلتے پھرتے دیکھ سکتے ہیں۔ اگر ہم بستر پر یوں ترچھے ہو کر لیٹے ہوں کہ ہمارے پاؤں کنارے پر لٹک رہے ہوں تو خواب

میں ہم اس پریشان کن صورتحال سے دوچار ہو سکتے ہیں کہ ہم کسی بلند عمارت سے نیچے گر رہے ہیں یا کسی بڑی ڈھلوان کے کنارے کھڑے ہیں۔ اسی طرح سوتے ہوئے اگر اتفاق سے ہمارا سر تکیے کے نیچے آ جائے تو ہم خواب میں خود کو کسی چٹان تلے دبا دیکھ سکتے ہیں۔ ایک شخص نے خواب میں دیکھا کہ کئی آدمیوں نے اس پر حملہ کر دیا ہے اور اسے اٹھا کر زمین پر چاروں شانے چت لٹا دیا ہے پھر وہ عین اس کے پاؤں کے انگوٹھے اور انگلی کے درمیان سے ایک چھڑی زمین میں گاڑنے لگے۔ اسی دوران اس آدمی کی آنکھ کھل گئی اور جاگنے کے بعد اس نے اپنے پیر کے انگوٹھے اور انگلی کے درمیان ایک تنکا پھنسا ہوا دیکھا۔

حسی محرکات کے اسی تناظر میں ایک ماہر نے تجرباتی طور پر سوتے وقت پانی کی ایک گرم بوتل پیروں کے نیچے رکھ لی اور خواب میں دیکھا کہ وہ دوستوں کے ساتھ ایک پہاڑی علاقے کی سیر کو گیا جہاں زمین سخت گرم تھی اور چلنا محال تھا۔ اس طرح کے تجربات سے ماہرین نے نظریہ قائم کیا کہ حسی محرک اور اس کے نتیجے میں پیدا ہونے والے خوابوں میں ایک مشابہت ہوتی ہے۔ تاہم خارجی حسی محرکات خوابوں کی مکمل توجیہ کے لئے کافی ثابت نہیں ہوتے۔

۲۔ داخلی حسی محرکات (Internal Sensory Stimuli)

عام تجربہ ہے کہ بعض اوقات آنکھیں بند کر لینے کے بعد سیاہ پردے پر چمک دار دھبے اور دائرے سے حرکت کرتے دکھائی دیتے ہیں۔ اس کا سبب آنکھ کے پردے (Retina) میں ہونے والا خفیف سا ارتعاش ہوتا ہے۔ اسی طرح کبھی کبھی ہمارے کانوں میں ایسی سرسراہٹ سی ہونے لگتی ہے جسے ہم کانوں کے بجنے سے تعبیر کرتے ہیں۔ اس طرح احساسات داخلی نوعیت کے ہوتے ہیں جن کا سلسلہ نیند کے دوران بھی جاری رہتا ہے۔ چنانچہ بند آنکھ سے دکھائی دینے والے دھبے خوابوں میں پرندوں، تتلیوں، مچھلیوں اور پھولوں وغیرہ میں تبدیل ہو جاتے ہیں۔ چوں کہ یہ چمک

دار دائرے حرکت پذیر ہوتے ہیں، اس لئے خوابوں میں بھی ہمیں جانور اور قدرتی مناظر متحرک دکھائی دیتے ہیں۔ اسی طرح کانوں میں پیدا ہونے والی سرسراہٹ (Buzzing) خوابوں میں مختلف آوازوں اور موسیقی کی دھنوں میں تبدیل ہوجاتی ہے۔ داخلی حسی محرکات کا عمل دخل بالخصوص ان خوابوں میں زیادہ ہوتا ہے جو گہری نیند سے چند لمحے پہلے اونگھنے کی کیفیت (Hypnogogic State) میں دکھائی دیتے ہیں۔

۳۔ داخلی عضویاتی محرکات (Internal Organic Stimuli)

ماہرین کے مطابق نیند کے دوران ہمارے جسم اور جسمانی اعضاء کو محسوس کرنے کے ذہنی عمل میں تیزی آجاتی ہے لہٰذا نیند کے دوران اعضاء (جن کا کوئی ادراک ہمیں بیداری کی حالت میں نہیں ہوتا) میں ہونے والی حرکات اور تبدیلیاں بھی ہمارے خوابوں پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ بعض ایسے جسمانی درد جن کا بیداری میں چلتے پھرتے ہمیں کوئی احساس نہیں ہوتا، خوابوں میں اپنی نمائندگی حاصل کر لیتے ہیں۔ یہ بات مشہور ہے کہ معدے کی خرابی ڈراؤنے خوابوں کا سبب بنتی ہے۔ امراضِ قلب میں مبتلا لوگوں کے خواب عموماً مختصر بھیانک انداز میں آنکھ کھل جانے پر ختم ہوتے ہیں۔ وہ لوگ جو پھیپھڑوں اور سانس کی تکالیف میں مبتلا ہوتے ہیں، خوابوں میں دیکھتے ہیں کہ کوئی دشمن ان کا گلا گھونٹ رہا ہے یا وہ کسی عمارت کے ملبے تلے دب گئے ہیں یا پھر وہ خوابوں میں خود کو اڑتا ہوا پاتے ہیں۔ بدہضمی کے مریض خوابوں میں لذیز اور پر ذائقہ کھانوں سے لطف اندوز ہوتے ہیں۔ اسی طرح جنسی اعضاء میں تحریک کے نتیجے میں جنم لینے والے خواب اتنے واضح ہیں کہ ہر کوئی ان سے واقف ہے۔ طب نفسی کے ایک ماہر کراس (Krauss) کا کہنا ہے کہ دوران نیند کسی جسمانی عضو میں پیدا ہونے والی تحریک، خوابوں میں اس عضو یا اس کے افعال سے ملتے جلتے خیال، واقعے یا کسی یاد کو ابھار دیتی ہے۔ پھر قانون تلازم کے تحت رفتہ رفتہ ایسے خیالات کا ایک پورا سلسلہ

وجود میں آجاتا ہے اور خوابوں کے مناظر بدلنے لگتے ہیں۔

۴۔ نفسیاتی محرکات (Pure Psychical Stimuli)

خوابوں کے نفسیاتی محرکات میں ہماری خواہشات، وابستگیاں، عزائم اور تفکرات وغیرہ شامل ہیں۔ ان میں گزشتہ روز یعنی خواب سے پہلے کے دن کی سرگرمیاں اور ان کے ذہنی اثرات کو بھی بہت اہمیت حاصل ہے۔ مشہور ماہر نفسیات سگمنڈ فرائڈ نے خوابوں کے نفسیاتی محرکات کے حوالے سے انقلابی کام کیا ہے۔

خواب فراموش کیوں ہوجاتے ہیں؟

خوابوں کے بارے میں ایک عام شکایت ہے کہ یہ بہت جلد ذہن سے محو ہوجاتے ہیں۔ بعض اوقات ہمیں صرف اتنا یاد رہتا ہے کہ گزشتہ رات ہم نے کوئی خواب دیکھا تھا، مگر خواب میں کیا دیکھا تھا، یہ یاد نہیں آتا۔ اکثر مکمل طور پر بھول جانے والا خواب صرف اس صورت میں یاد آتا ہے جب اگلے روز ہمیں کوئی ایسا واقعہ یا بات پیش آئے جس کا تعلق گزشتہ رات کے خواب سے ہو۔ کبھی یوں ہوتا ہے کہ اگرچہ خواب ہماری یادداشت میں باقی رہتا ہے، لیکن اس کے باوجود ہم محسوس کرتے ہیں کہ خواب اس سے کچھ زیادہ تھا جتنا کہ ہمیں یاد رہ گیا ہے۔ خوابوں کے سلسلے میں ایسا کیوں ہوتا ہے؟ ماہرین کے خیال میں خوابوں کا بھول جانا ایک اعتبار سے ویسے ہی ہے جیسے روزمرہ کی زندگی میں ہم کئی باتیں بھول جاتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ ان باتوں میں ہمارے لئے کسی جذباتی دلچسپی کا پہلو نہیں ہوتا یا کم ہوتا ہے یا ایسی باتیں ہمارے سامنے واضح انداز میں اور زور دے کر بیان نہیں کی جاتیں۔ یہی معاملہ خوابوں کا بھی ہے۔ ایسے خواب یا ان کے کچھ حصے آنکھ کھلنے کے فوراً بعد ہی فراموش ہوجاتے ہیں جو ہمارے لئے کسی دلچسپی کا باعث نہیں ہوتے یا جو ایک خوابی منظر (Dream Vision) کے طور پر زیادہ واضح اور صاف نہیں ہوتے۔ اسی طرح عام زندگی میں، ہم وہی باتیں یا واقعات یاد رکھ پاتے ہیں جن کا ہمیں متعدد بار تجربہ ہوا ہو۔ چنانچہ خوابوں

میں صرف ایک بار پیش آنے والی بات یا واقعہ ہم بھول جاتے ہیں۔

خوابوں کی فراموشی کے ضمن میں سب سے اہم بات یہ ہے کہ ہمارا حافظہ صرف انھی باتوں کو یاد رکھ سکتا ہے جو باہم مربوط ہوں اور کسی معنوی ترتیب کے تحت ہوں۔ یہی وجہ ہے کہ قصے کہانیاں اور نظمیں ہمیں طویل عرصے تک یاد رہتی ہیں جب کہ بے معنی اور بے ربط معلومات ہم فوراً بھول جاتے ہیں۔ خواب چوں کہ اکثر بے ربط مناظر اور لایعنی باتوں پر مبنی ہوتے ہیں، اس لئے ہمارا حافظہ انہیں یاد رکھنے سے قاصر رہتا ہے۔

خوابوں کی فراموشی کی ایک عام وجہ ان میں دلچسپی کا نہ ہونا بھی ہے۔ اکثر لوگ صبح بیدار ہونے کے بعد رات کے خوابوں کو ذہن میں لانے کی بجائے ناشتے اور دفتر کی تیاریوں میں لگ جاتے ہیں۔

خوابوں کے افعال اور مقاصد

خوابوں پر تحقیق کرنے والے جو ماہر خوابوں کو محض عضویاتی اور اعصابی خلل کا نتیجہ سمجھتے ہیں، ظاہر ہے کہ ان کے نزدیک خوابوں کا کوئی مفید اور مثبت کردار نہیں ہو سکتا تاہم خوابوں کو ذہن کی ایک بامقصد سرگرمی گرداننے والے ماہرین نے خوابوں کے افعال اور مقاصد کے بارے میں مختلف آرا قائم کی ہیں۔

ا: خوابوں کے بارے میں ایک نظریہ یہ ہے کہ خواب ہمارے ان تصورات اور جذبات کی نکاسی کا ذریعہ بنتے ہیں جو بے فائدہ اور فالتو ہوتے ہیں۔ روزمرہ کی زندگی میں جن خیالات اور تجربات کو ہمارا شعوری ذہن بے کار سمجھ کر نظرانداز کر دیتا ہے، وہ رات کو خوابوں کے ذریعے سے ہماری توجہ حاصل کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ خوابوں کے ذریعے سے ایسے ردی خیالات وتصورات، تشبیہات (Images) کی شکل میں اسی طرح خارج ہوجاتے ہیں جس طرح جسم کی ضرورت سے زیادہ اور ردی غذا فضلے کی صورت میں خارج ہوجایا کرتی ہے۔

اگر خوابوں کا عمل نہ ہوتو فاضل خیالات سے ہمارا ذہن اس قدر بھر جائے کہ اس بوجھ سے ذہنی توازن ہی بگڑ جائے۔ یوں خواب ہمارے ذہن کی صفائی وتنقید کا کام کرتے ہیں۔

۲: خوابوں کے ایک دوسرے نظریے کے مطابق خواب ہمارے ذہن کا ایک تفریحی شغل (Hobby) ہوتے ہیں۔ نیند کے وقفے کو ہمارا ذہن ایک تعطیل کے طور پر مناتا ہے۔ دن بھر کی محنت طلب سرگرمیوں کی وجہ سے لاحق ہونے والی تھکن کو دور کرنے اور تازگی وفرحت حاصل کرنے کیلئے ہمارا ذہن رات کو خوابوں کی صورت میں ایک تخیلاتی کھیل کھیلتا ہے۔ اس کھیل میں وہ منطق واستدلال کی پابندیاں توڑ کر خوب شیخیاں مارتا ہے، سنجیدگی ترک کر کے بچگانہ شرارتیں کرتا ہے اور خوابوں میں ہمیں کھلی ہواؤں میں اڑا کر قانون ثقل کا منہ چڑاتا ہے۔ یوں خوابوں کے ذریعے سے ہمارا ذہن خود کو آنے والے دن کے فرائض اور ذمے داریوں کیلئے تازہ دم کرتا ہے۔ اگر خواب نہ ہوں تو ہم وقت سے پہلے بوڑھے ہوکر قبر میں جا پہنچیں۔

۳: فرائڈ کے نزدیک خوابوں کا واحد مقصد تکمیل خواہش (Wish Fulfillment) ہے۔ عملی زندگی میں ہماری جو خواہشات تشنہ اور ادھوری رہ جاتی ہیں وہ خوابوں میں اپنی آسودگی کا سامان کرتی ہیں جب کہ ماہر نفسیات ژنگ (Jung) کے مطابق خوابوں کا مقصد انسان کی شخصیت میں توازن پیدا کرنا ہوتا ہے۔ خوابوں کے ذریعے سے ہمارا ذہن لاشعور ہماری شعوری غلطیوں، خامیوں اور بے اعتدالیوں کی طرف توجہ دلاتا ہے۔

خوابوں کی چند اقسام

ہر چند کے خواب فرد کے مخصوص احوال کی وجہ سے انتہائی ذاتی نوعیت کے ہوتے ہیں لیکن پھر بھی خواب کچھ ایسے ہیں جن سے کم وبیش سبھی کو واسطہ پڑتا ہے۔

(ا) بے صبری کے خواب

ایسے خواب اس وقت نظر آتے ہیں جب انسان کو اگلے روز کوئی ایسا کام انجام دینا ہو

یا ایسا مطلوب واقعہ پیش آنا ہو جس کے لئے وہ بہت زیادہ بے چین اور منتظر ہو۔ مثال کے طور پر ایک شخص کو آنے والے دن ایک بہت ہی اہم کاروباری ملاقات کرنی ہے تو اسی رات کو وہ خواب میں وہ ملاقات ہوتے دیکھنے لگتا ہے۔ اس طرح آپ کے کسی بہت ہی عزیز مہمان کو کل آنا ہو تو آپ رات کو خواب ہی میں اسے اپنے گھر میں دیکھتے ہیں۔

(۲) امتحانی خواب

خوابوں میں ایسا عام طور پر ہوتا ہے کہ ایک شخص جو بی اے کا امتحان پاس کر کے ڈگری لے چکا ہے، اپنے خوابوں میں مسلسل یہ دیکھتا ہے کہ اب بھی وہ بی اے کا امتحان دے رہا ہے، پرچوں کی تیاری میں مصروف ہے اور اس کے ساتھ وہ ساری دباؤ اور اضطراب کی کیفیت بھی موجود ہے جو امتحانوں کے دوران ایک طالب علم پر طاری ہوا کرتی ہیں۔

ایسے خوابوں کی فرائڈ نے یوں توجیہ کی ہے کہ جب کوئی شخص اپنی عملی زندگی کے نازک اور بہت ہی دشوار لمحات سے گزر رہا ہوتا ہے تو ایسے میں امتحانی خواب اسے طالب علمی کی زندگی میں واپس لے جا کر یوں تسلی دیتے ہیں کہ ''پریشان مت ہو۔ ایسے امتحان تو تمہاری زندگی میں پہلے بھی آ چکے ہیں۔ ان امتحانوں کے دوران بھی تم آج ہی کی طرح پریشان اور فکرمند تھے، مگر سب کچھ خیریت سے گزر گیا اور تم نے بی اے کی ڈگری حاصل کر لی۔ اسی طرح زندگی کا موجودہ امتحان بھی عافیت سے گزر جائے گا اور تم سرخرو ہو گئے لہٰذا ہمت نہ ہارو''۔

امتحانی خوابوں کو فرائڈ نے تسلی کے خواب (Dreams of Consolation) قرار دیا ہے۔

(۳) عزیز رشتے داروں کی موت کے خواب

فرائڈ کے خیال میں ایسے خواب ہم اس وقت دیکھتے ہیں جب ہم لاشعوری طور پر اپنے کسی عزیز (ماں، باپ، بہن یا بھائی) کی موت کے خواہش مند

ہوتے ہیں اور ہماری یہی لاشعوری خواہش خوابوں میں ظاہر ہوتی ہے، مگر ایسے خوابوں کی ایک سادہ سی تشریح یہ ہے کہ ہم اپنے محبوب رشتوں کی زندگی کے بارے میں خدشات پالتے رہتے ہیں اور ہمیں ان عزیزوں کے جدا ہونے کا خوف رہتا ہے۔ خوف و خدشات کے یہی جذبات ایسے خوابوں کا باعث بنتے ہیں۔

خوابوں کی علامات

زمانہ قدیم سے یہ مانا جاتا ہے کہ خوابوں کی زبان تمثیلی اور علامتی (Symbolic) ہوتی ہے اور خوابوں کی تعبیر کے لئے ان علامتوں کا مفہوم سمجھنا ضروری ہے کہ یہ کن حقائق اور اشیاء کی طرف اشارہ کرتی ہیں۔ یہاں چند علامتوں کی جدید نفسیات کے حوالے سے تشریح دی جاتی ہے۔

بادشاہ/ملکہ

فرائڈ کے نزدیک خوابوں میں بادشاہ اور ملکہ کے کردار والدین کو ظاہر کرتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ بچپن میں جب ہمیں بادشاہ اور ملکہ کی کہانیاں سنائی جاتی ہیں تو بادشاہ کا سن کر ہمارا ذہن باپ کی طرف اور ملکہ کا سن کر ماں کی طرف جاتا ہے جب کہ ایسی کہانیاں سنتے ہوئے ہم خود کو شہزادوں اور شہزادیوں کی جگہ تصور کرتے ہیں۔ یوں یہ علامات ذہن میں پختہ ہو کر خوابوں میں ظاہر ہو جاتی ہیں۔

جانور

فرائڈ کے نزدیک جانور بالخصوص پالتو جانور خوابوں میں چھوٹے بچوں کو ظاہر کرتے ہیں جب کہ جنگلی جانور غیظ و غضب میں مبتلا انسان کی علامت ہیں۔

مکان

فرائڈ نے خواب میں مکان کو انسانی جسم کی علامت قرار دیا ہے۔

پھول

فرائڈ کے مطابق پھول چوں کہ پودے کا تولیدی حصہ ہوتا ہے، اس لئے یہ خواب میں جنسی اعضاء کی علامت کے طور پر آتا ہے جب کہ ژنگ کے نزدیک خواب میں پھول خود خواب دیکھنے والے کی شخصیت کے کسی نازک اور کم زور پہلو کو ظاہر کرتا ہے۔

پہاڑی یا درخت پر چڑھنا

فرائڈ نے اپنے مخصوص رجحان کے تحت خواب میں کسی بلند مقام پر چڑھنے کو جنسی فعل کی علامت کہا ہے جب کہ ژنگ کے اصول تعبیر کے مطابق خواب میں پہاڑی یا بلند مقام انسان کی کسی منفی عادت یا خامی کی علامت ہوسکتا ہے جسے خواب دیکھنے والا تسخیر کرنے کا خواہش مند ہے۔

اجنبی چہرہ

خواب میں کسی اجنبی چہرے کو دیکھنا فرائڈ کے نزدیک رشتوں کیلئے جنسی رجحان کو ظاہر کرتا ہے جب کہ ژنگ کے مطابق خواب میں کوئی اجنبی کردار دراصل انسان کی شخصیت کے کسی ایسے پہلو یا وصف کی طرف اشارہ ہوسکتا ہے جس سے وہ ہنوز بے خبر ہے۔

بلندی سے گرنا

فرائڈ کا کہنا ہے کہ خوابوں میں کسی اونچی جگہ سے نیچے آنے کے واقعات دراصل بچپن کے ان تجربات کی بازگشت ہوتے ہیں کہ جب بڑے ہمیں خوش کرنے کیلئے بازوؤں میں اٹھا کر زور سے اوپر اچھالتے اور پھر دوبارہ تھام لیتے تھے۔

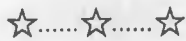
اڑنا

خوابوں میں اڑنا بھی فرائڈ کے نزدیک جنسی جذبات کا اظہار ہے جب کہ دیگر ماہرین کے نزدیک خوابوں میں اڑنا، انسان کے ادنیٰ جذبات سے اوپر اٹھنے اور زندگی

کی پابندیوں سے نجات حاصل کرنے کی خواہش کا اظہار ہوسکتا ہے۔

مرد/عورت

ژنگ کے مطابق ہر مرد میں ایک حصہ نسوانی اور ہر عورت میں ایک حصہ مردانہ اوصاف کا حامل ہوتا ہے لہٰذا مرد کے خواب میں عورت اور عورت کے خواب میں کسی مرد کا آنا، نفس کے منفی رجحانات کی طرف اشارہ ہوتا ہے۔

☆......☆......☆

خواب زندگی کالازمی حصہ

خوابوں کی تعبیر اور مختلف اقسام کے حوالے سے ایک دلچسپ فیچر

مستقبل کی قیافہ شناسی کرنے کے لیے خواب کی تعبیر بتانے والے کو بہت سارے امور سے آگاہی ضروری ہے مثلاً خواب دیکھنے والے کا پورا نام، رات کے کس پہر میں خواب دیکھا۔ سونے سے پہلے کیا کھایا وغیرہ۔ مستقبل شناسی کے لیے زمانہ قدیم سے خوابوں کی تعبیر سے استفادہ کیا جاتا ہے۔

قرآن پاک سے تعبیر کا علم

خوابوں کی تعبیر کا علم قرآن پاک سے بھی ثابت ہوا ہے اور پیغمبروں میں حضرت یوسف علیہ السلام کو تاویل احادیث یعنی خوابوں کی تعبیر کا ماہر سمجھا جاتا ہے۔

خوابوں کے حوالے سے نبی اکرم ﷺ نے فرمایا کہ وحی تو ختم ہو جائے گی مگر بشارتیں جاری رہیں گی جو نیک لوگوں کو خواب کے ذریعے ملیں گی۔

خوابوں کا ایک دلچسپ پہلو یہ ہے کہ خواب انسان کی یادوں میں محفوظ پرانے مناظر، واقعات اور بھولے بسرے چہروں کو اس کی زندگی میں رونما ہونے والے حالیہ واقعات سے جوڑ دیتے ہیں۔

اس طرح انسان خواب میں دو ایسے افراد کو ایک جگہ دیکھتا ہے جو اپنی زندگی میں ایک بار بھی نہیں ملے ہوتے یا پھر وہ خواب میں خود کو ایسی جگہوں پر دیکھتا ہے جہاں وہ اپنی حقیقی زندگی میں کبھی بھی نہیں گیا۔ یہ بات بھی غور طلب ہے کہ خواب میں دو مختلف واقعات یا بالکل انجان لوگوں کو شدت سے محسوس کیا تو اکثر خواب میں اس نے اپنی ماں کو انہی واقعات کے درمیان دیکھا جو اس کی حالیہ زندگی کے تھے اور ماں کی وفات کے بعد پیش آئے اس خواب کے پیچھے کار فرما غائب جذباتی کیفیت ماں سے محرومی کا دکھ تھا جو اس کے ذہن پر چھایا ہوا تھا۔

ذہنی کشمکش اور خواب

خواب ایک سائیکو تھراپسٹ کی طرح انسان کو کتھارسس بھی کرتے ہیں چونکہ بنیادی طور پر خواب انسان کی ذہنی کشمکش کا نتیجہ ہوتے ہیں اور خواب میں اس ذہنی کشمکش کو باہر نکلنے کا راستہ مل جاتا ہے اس طرح انسان کتھارسس کے عمل سے گزر کر کسی حد تک ذہنی سکون محسوس کرتا ہے۔

خواب کے حوالے سے اسلامی نقطہ نظر کو جاننے کیلئے ہم نے ایک بزرگ سے پوچھا تو انہوں نے کہا۔ اسلام کی رو سے خوابوں کی تین قسمیں ہیں۔

۱:۔رویائے صادقہ (سچا خواب) ۲:۔حدیث النفس (نفسانی خواب)

۳:۔حدیث الشیاطین (شیطانی خواب)

سچے خواب میں انسان کو نیکی کی بشارت

رویائے صادقہ یعنی سچے خواب میں انسان کو نیکی کی بشارت دی جاتی ہے اور برائی سے روکا جاتا ہے یہ انسان کے اپنے ذہن یا خیال کی پیداوار نہیں ہوتے نہ ہی ان کے بارے میں پہلے کبھی سوچا ہوتا ہے۔ سچے خواب میں انسان کوئی اچھا اور روح پرور واقعہ رونما ہوتے دیکھتا ہے۔ مثلاً وہ حج کر رہا ہے، قرآن پاک کی تلاوت کر رہا ہے، نیک لوگوں اور مقامات مقدسہ کی زیارت کر رہا ہے وغیرہ سچے خواب خدا کی طرف سے ہوتے ہیں اس لئے خواب مکمل طور پر مربوط ہوتا ہے۔ اور خواب کا اثر اتنا دیرپا ہوتا کہ انسان جاگنے کے بعد بھی اسے یاد رکھ سکتا ہے۔

نفسانی خیالات اور جذبات سے وابستہ خواب

دوسری قسم نفسانی خوابوں کی ہے جو انسان کے نفسانی خیالات اور جذبات سے وابستہ ہوتے ہیں جیسے دن میں کوئی سوچ اور خیال انسان کے ذہن میں چھایا رہا ہو وہی خیال رات میں خواب کی صورت میں اس کے سامنے آجاتا ہے ایسے خواب عموماً بے ربط ہوتے ہیں اس لیے قابل تعبیر نہیں سمجھے جاتے اور نہ ہی ان کی کوئی تعبیر ہو سکتی ہے۔

شیطانی خواب

تیسری قسم کے خواب شیطانی خواب ہوتے ہیں جو شیاطین کی در اندازی سے نظر آتے ہیں۔ ان خوابوں میں انسان کو ڈرایا جاتا ہے نہ صرف انسان خواب کے دوران مسلسل ڈرتا ہے بلکہ خوف اور ڈر کی یہ کیفیت جاگنے کے بعد بھی قائم رہتی ہے۔

تعبیر اچھے عالم سے ضرور پوچھنی چاہیے

خواب کی تعبیر کے حوالے سے انہوں نے کہا وہ خواب جو رویائے صادقہ یعنی سچے خوابوں کے زمرے میں آئیں ان کی تعبیر کسی اچھے عالم سے ضرور پوچھنی چاہیے۔ کیونکہ یہ علامتی خواب مستقبل میں پیش آنے والے واقعات کی پیش گوئی بھی کرتے ہیں یا پھر کسی حوالے سے انسان کی رہنمائی بھی کر سکتے ہیں اس لیے اچھے خواب کی تعبیر ضرور جانی چاہیے۔

خواب کی تعبیر کسی اچھے معبر سے کروانی چاہیے ورنہ اس کے مضر اثرات پڑتے ہیں یعنی غلط تعبیر سے خواب غلط وقوع پذیر ہوتا ہے۔

ابن اسیرین رحمہ اللہ اور خواب کی تعبیر

ابن اسیرین رحمہ اللہ جید عالم جو تابعین میں سے تھے وہ تعبیر کے فن کے بڑے ماہر تھے۔ ایک شخص ان کے پاس گیا اور بتایا کہ اس نے خواب میں دیکھا ہے کہ اس کی ایک ٹانگ مشرق کے ایک کونے میں اور دوسری ٹانگ مغرب کے ایک کونے میں تھی۔ ابن اسیرین رحمہ اللہ نے پوچھا کہ اس نے یہ خواب کسی کو بتایا ہے یا نہیں تو اس شخص نے بتایا کہ میں نے ایک درویش کو یہ خواب بتایا ہے تو اس نے بتایا کہ تیری ٹانگیں کٹ نہیں گئیں؟ اس پر ابن اسیرین رحمہ اللہ نے کہا کہ اب تمہارے ساتھ ایسا ہی ہوگا۔ اور اس شخص کیساتھ واقعی ایسا ہی ہوا بادشاہ وقت نے کسی سزا کے طور پر آرے سے چیر ادیا۔

اس لیے خواب کی تعبیر کسی تعبیر کے فن کے ماہر عالم سے ہی پوچھنی چاہیے۔

نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ ''اچھا خواب اللہ کی طرف سے اور برا خواب شیطان کی طرف سے ہوتا ہے''

اچھے خواب پر اللہ کا شکر ادا کرنا چاہیے اور برے خواب پر اللہ سے پناہ مانگنی چاہیے کہ ''اللہ بُری تعبیر سے محفوظ فرما۔

مندرجہ بالا تمام عوامل کا تعلق نیند کے خوابوں سے ہے۔ ان خوابوں کا اثر ہماری زندگیوں سے کم ہوتا ہے بانسبت ان سہانے خوابوں سے جو ہم کھلی آنکھوں سے دیکھتے ہیں۔

سہانے سپنے اور خوابوں پر ایک نظر

جی ہاں! جاگتے میں بھی تو ''پلکوں کی جھالر پر اٹکے رہتے ہیں کچھ خواب سہانے''۔

آیئے ذرا ان خوابوں کو زیر بحث لاتے ہیں کیونکہ یہی سہانے سپنے ناامیدی اور مایوسی کی اماوس میں مثل ماہتاب چمکتے ہیں۔ روشنی دیتے ہیں اور ہمیں کام کرنے کی توانائی فراہم کرتے ہیں۔ دیکھا جائے تو ہر کامیاب فرد کی کامیابی دراصل کسی خواب اور پھر اس کی تعبیر کو پانے کی لگن اور جدوجہد کی کہانی ہوتی ہے۔

کامیاب بزنس مین صدر لاہور چیمبر آف کامرس ڈاکٹر خالد جاوید چودھری کی کامرانی کی داستان بھی اسی نوعیت کی ہے۔ 1952ء کی بات ہے کہ معاشرے میں معاشی اور طبقاتی ناہمواری نے متوسط طبقے کے اس نوجوان کے دل میں امارات کے حصول کا خواب جگایا۔ اس خواب نے انہیں عملی تحریک دی جو انہیں تعبیر کے حصول کیلئے ایک مثبت راستے پر لے گئی۔ انہوں نے پاکستان سے میڈیسن کی تعلیم حاصل کرنے کے بعد برطانیہ سے سپیشلائزیشن کی اور پھر کویت میں کم و بیش 26 برس ایک کامیاب ڈاکٹر کی حیثیت سے گزارے اسی دوران وہ شاہی خاندان کے معالج بھی رہے وہ عزت، شہرت، دولت ہر لحاظ سے ''امیر'' تھے پھر انہوں نے ایک اور خواب دیکھا اور وہ خواب تھا اپنے ملک کیلئے کچھ کرنے کا عزم۔ اس خواب نے انہیں یہ تحریک دی کہ وہ وطن واپس آئے اور گلوکوز ڈرپس کی صنعت میں سرمایہ کاری کی۔ گلوکوز ڈرپس

کی صنعت کو اس لئے چنا کہ اس وقت ہمارا ملک اس میں خود کفیل نہیں تھا بلکہ باہر سے ڈرپس منگوائی جاتی تھیں اور ان کی قلت کی صورت میں 15 روپے کی بوتل تین سو روپے میں ملتی اور مریضوں کو نا قابل بیان تکالیف کا سامنا کرنا پڑتا تھا۔ ڈاکٹر صاحب نے پُر مسرت لہجے میں بتایا کہ خواب تعبیر کے روپ میں ان کے سامنے ہیں نہ صرف یہ کہ وہ اپنے ملک کی ضرورت کو پورا کر رہے ہیں بلکہ اب وہ گلوکوز ڈرپس کو ایکسپورٹ بھی کرتے ہیں۔

کامیابی کیلئے صرف خواب دیکھنا ضروری نہیں

ڈاکٹر خالد جاوید چودھری نے کہا کہ کامیابی کے حصول کیلئے صرف خواب دیکھنا ضروری نہیں بلکہ پھر تعبیر پانے کے لئے لگن کوشش اور مسلسل محنت کے راستے پر چلنا پڑتا ہے تب جا کر کہیں منزل ملتی ہے۔

جاگتی آنکھوں کے یہ سہانے خواب کبھی جان کا روگ بن کر عذابوں کی صورت بھی اختیار کر لیتے ہیں۔

میں ڈاکٹر بنوں گا

انیس سالہ شہزاد کی زندگی بھی ایسے ہی خوابوں کے عذاب کی کہانی ہے۔ ''میں ڈاکٹر بنوں گا''۔ جاگتی آنکھوں کا وہ خواب تھا جس کی انگلی پکڑ کر اس نے چلنا شروع کیا اس کے پیچھے یقیناً اس کے والدین کی خواہش تھی کہ ان کا اکلوتا بیٹا بس میڈکل کی تعلیم ہی حاصل کرے وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ یہ خیال اس کے اندر پختہ تر ہوتا چلا گیا وہ تصورات میں بھی خود کو سفید کوٹ میں ملبوس ایک کامیاب ڈاکٹر کے روپ میں دیکھتا تھا ایف ایس سی میں جان توڑ محنت کے بعد نمبر تو بہترین حاصل کئے لیکن انٹری ٹیسٹ میں وہ کچھ نمبروں سے ناکام ہو گیا۔ جس سے نہ صرف اس کا خواب چکنا چور ہوا بلکہ خود اس کی شخصیت بھی ٹوٹ پھوٹ کا شکار ہو گئی ہے۔ اب نا امیدی کے اندھیروں نے اسے اپنے حصار میں لے رکھا ہے وہ تعلیم اور تعلیمی

نظام سے سخت متنفر ہے آج اس کے والدین ایک ماہر نفسیات سے اس کا علاج کروا رہے ہیں تا کہ وہ نارمل زندگی کی طرف واپس آ سکے۔

جاگتے میں خواب دیکھنا......

اسی موضوع پر ہم نے معروف ماہر نفسیات ڈاکٹر سعد بشیر ملک سے گفتگو کی تو انہوں نے کہا جاگتے میں خواب دیکھنا دراصل ایک تصوراتی دنیا آباد کرنا ہے اور ہر شخص جاگتے میں خواب دیکھتا ہے اگر ایک شخص کسی عورت سے شادی کرنا چاہتا ہے تو وہ اس حوالے سے سوچے گا کہ میری زندگی اس عورت کے ساتھ کتنی خوبصورت گزرے گی اس طرح کوئی شخص مکان بنانا چاہتا ہے تو یقینی طور پر اسی کے بارے میں سوچے گا اس کے ذہن میں ایک خاکہ بنے گا اور یہی خاکہ اور خیال دراصل Dreaming (Day) ہے ہر بڑے کام کے پیچھے ایک خیال اور خواب موجود ہوتا ہے بلکہ یوں کہنا چاہیے کہ ہر بڑا کام پہلے تصوراتی سطح پر وقوع پذیر ہوتا ہے اور یہ تصوراتی سطح ہی جاگتے میں خواب والی کیفیت ہے۔ ڈاکٹر سعد ملک نے کہا کہ جب جاگتے میں خواب دیکھنے کی کیفیت انسان کو عملی زندگی کے تقاضوں سے دور لے جائے اور انسان صرف اپنے تصورات کی دنیا میں رہے ایسے لوگ چونکہ خوابوں کی دنیا سے نہیں نکلتے اور حقیقی زندگی کے مسائل کو ذہنی طور پر قبول نہیں کرتے اس لئے عملی طور پر ناکام ہو جاتے ہیں ایسے ہی لوگوں کے خواب ان کیلئے عذاب بن جاتے ہیں۔

انفرادی خوابوں کا دائرہ

خواب کے ایک اور پہلو کو زیر بحث لاتے ہوئے ہم نے ممتاز دانشور پروفیسر جیلانی کامران سے پوچھا کہ کیا بحیثیت قوم ہم پاکستانی ایک اجتماعی خواب سے محروم ہیں کیونکہ ایسا لگتا ہے ہم میں سے ہر فرد اپنے اپنے انفرادی خوابوں کے دائروں میں چکر لگا رہا ہے تو پروفیسر جیلانی کامران نے کہا یہ بات کافی حد تک صحیح ہے کہ ہماری قوم انفرادی خوابوں میں گرفتار ہے جسے ہم اجتماعی خواب کہتے ہیں وہ

خواب قوم کی قیادت دیکھتی ہے اور ہم ایسی قیادت سے محروم ہیں۔

کئی حوالوں سے خواب پر تحقیق

ایک فلاسفر نے کہا ہے کہ جب زر کی محبت معاشرے میں اترے تو یہ جانے کے لیے نہیں بلکہ آباد ہونے کے لیے آتی ہے اس طرح اقتصادی نوعیت کے انفرادی خواب انسانوں کو تنگ نظر اور خود نفس اور چھوٹے قد وقامت کے افراد بنا دیتے ہیں تو ان سے کوئی بڑا کام نہیں ہوتا۔ خواب پر کئی حوالوں سے تحقیق ہوئی ہے مگر اس کے باوجود ایسا لگتا ہے انسان کے لیے خواب کی پر اسراریت کا سلسلہ ابھی ختم نہیں ہوا خواب کبھی سائیکوتھراپسٹ کی طرح ہمارا کتھارسس کرتے ہیں کبھی دوست کی طرح سہارا دیتے ہیں۔ کبھی ہمدرد اور رہنما بن کر رہنمائی کرتے ہیں۔
مختصر یہ کہ خواب خواہ عالم نیند اور جاگتی آنکھوں کی زندگی انہی سے عبارت ہے کیونکہ یہی خواب ہمیں جہد مسلسل تحریک دیتے ہیں۔ خواب اور زندگی دراصل ایک ہی احساس کے دو نام ہیں۔

☆......☆......☆

ماخذ ومراجع

نمبر شمار	نام	صفحہ نمبر
۱	پیش گوئیاں	
۲	رویائے صالحہ	
۳	خواب اور ان کی حقیقت	
۴	خواب ہم کیوں دیکھتے ہیں	
۵	خواب اور ان کی ترجمانی	
۶	سچے خواب	
۷	خواب	
۸	خواب دیکھنا آپ کے لیے ضروری ہیں	علی اسد
۹	خواب مستقبل کی پرچھائیاں	پروفیسر محمد سلیم
۱۰	خوابوں سے امراض کی تشخیص	حسان عارف
۱۱	خواب نئی حقیقتیں نئے تجربے	
۱۲	خواب	
۱۳	میرے دلچسپ خواب	شیخ عبدالرحیم دامن
۱۴	خوابوں کی عجیب دنیا	
۱۵	عالم خواب میں تصنیف وتالیف	
۱۶	خوابوں کے اسرار	سیکنڈ لیفٹیننٹ راؤ امانت علی
۱۷	خواب اور ان کی تعبیر	حبیب الرحمٰن حبیب
۱۸	آؤ خواب دیکھیں	ڈاکٹر عبدالرحمٰن صدیقی
۱۹	خوابوں کے اسرار	

۲۰	خوابوں کے مخفی راز	طاہرہ باری
۲۱	خواب کی حقیقت	ڈاکٹر طارق محمود
۲۲	خواب کیا کہتے ہیں	عرفان محمود
۲۳	ہم صورت گر کچھ خوابوں کے	

☆......ختم شد......☆